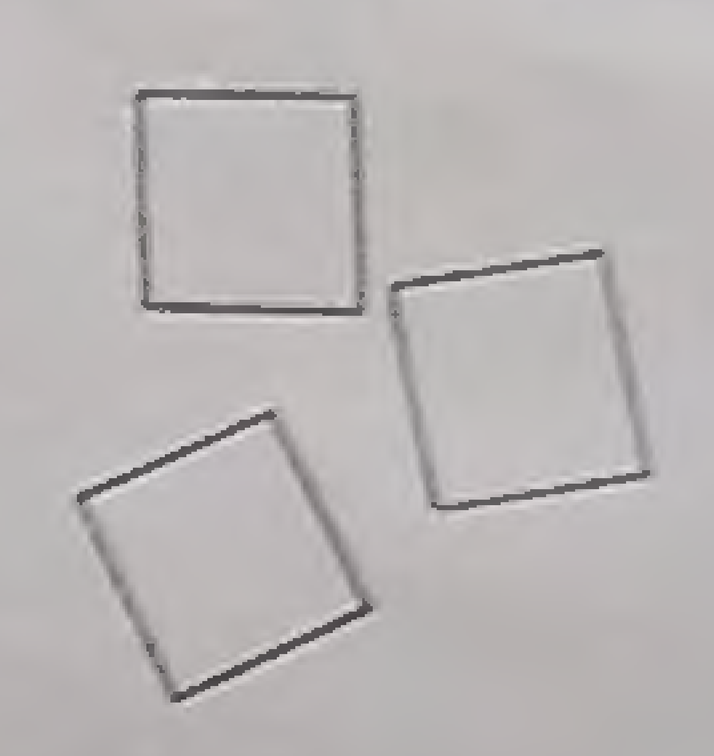
В. И. ГАРБУЗОВ

нервные дети

НАУЧНО-ПОПУЛЯРНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

Для матерей





(советы врача)



В. И. ГАРБУЗОВ

нервные дети



Ленинград «Медицина» Ленинградское отделение —
Ассоциация советских книгоиздателей, Москва, 1990

ББК 57.3
Г 20

Рецензенты: *В. И. Калиничева*, д-р. мед. наук, проф., зав. кафедрой педиатрии № 1 ЛПМИ; *Б. Г. Фролов* — канд. мед. наук, доцент кафедры психиатрии ЛПМИ.

Часть средств от реализации тиража будет перечислена в фонд развития отечественного книгоиздания им. И. Д. Сытина.

Гарбузов В. И.
Г20 Нервные дети: Советы врача.— Л.: Медицина, 1990.— 176 с.— ISBN 5—225—01626—X.

В книге изложены наиболее часто встречающиеся формы детской нервности, их причины и проявления. На основе опыта многолетней работы автора на консультативных приемах в Городском отделении по лечению неврозов у детей при детской поликлинике № 26 Ленинграда приведены рекомендации медико-педагогического воздействия для их устранения. Рассмотрены причины и механизмы развития ряда нервно-психических нарушений и отклоняющегося поведения у детей. В доступной для родителей форме даны рекомендации по предупреждению неврозов у детей, их лечению в союзе с врачом-психотерапевтом.

Г $\frac{4108170000-112}{039(01)-90}$ 168—89 ББК 57.3

ISBN 5—225—01626—X

ПРЕДИСЛОВИЕ

Нервные дети — проблема столь же непростая, сколь и актуальная для родителей. Нервность — широкое понятие. К ней относят чрезмерную возбудимость, раздражительность, плаксивость, впечатлительность, нарушение сна, а также невропатию и невроз. Один ребенок рождается нервным, другой — становится таковым. На прием к психоневрологу приводят и трудных детей, т. е. детей с неблагоприятными чертами характера, которые затрудняют их адаптацию в жизни. Если нервный ребенок всегда трудный, то трудный — не всегда нервный, хотя нервность нередко угрожает и ему. Форм детской нервности и неразделимо связанных с ней нарушений поведения, как и причин, которые их вызывают, много. Наиболее частая причина того и другого — неправильное воспитание. В свою очередь, нервность и трудность осложняют воспитание.

Поскольку нервность детей неразрывно связана с отклонениями в их поведении, в книге рассматриваются обе стороны проблемы.

В книге обобщен и систематизирован многолетний врачебный опыт автора. От своевременной рекомендации по воспитанию нервного или трудного ребенка нередко зависят его будущее и благополучие семьи, так как нарушения, относительно легко обратимые в детском возрасте, трудно и нередко невозможно исправить в подростковом и юношеском.

ПРИЧИНЫ ДЕТСКОЙ НЕРВНОСТИ

Детская нервность обусловлена как биологическими, так и микросоциальными причинами, но чаще всего — их сочетанием. Биологические причины — травматические, инфекционные, токсические и другие вредные воздействия при зачатии, в период беременности, родов, в первые месяцы или годы жизни, а также неблагоприятные наследственные влияния. К микросоциальным причинам относятся переживания беременной или недавно ставшей матерью женщины, неправильное воспитание и неблагоприятные условия жизни ребенка в детстве. Зачастую микросоциальные причины настолько тесно связаны с биологическими, что их трудно разделить.

Судьба человека в немалой степени зависит от сравнительно короткого периода с момента зачатия ребенка до первого вдоха новорожденного. Беременность протекает по-разному в зависимости от того, желанна она, досадна или, еще того хуже, воспринимается женщиной как катастрофа и неприемлема для мужчины, будущего отца. В первом случае вероятность благополучного протекания беременности выше, во втором вероятны осложнения, угроза прерывания беременности.

Приведем несколько возможных ситуаций, способствующих неблагоприятному течению беременности. Женщина беременна, но психологически не готова к тому, чтобы стать матерью, психически инфантильна, незрела, эгоистична, сама играет в семье роль ребенка. Малыш внесет в ее жизнь лишь заботы и попросту будет конкурентом ей.

Женщина беременна, но она не замужем. Ей уже немало лет. Сохранить беременность или прервать? Остаться одной страшно. Ребенок придаст жизни новый смысл. Но тогда — конец надеждам выйти за-

муж. И что скажут люди? А если аборт закончится бесплодием, что тогда?

Женщина не ожидала беременности «так быстро, так несвоевременно». Еще несколько лет необходимо учиться, еще не «пожила для себя». Мать выйдет на пенсию уже через несколько лет, вот тогда — пожалуйста.

Женщина беременна, но не уверена, что ее брак прочен. У нее имеются серьезные основания считать, что жизнь с мужем не сложилась, в будущем возможен развод.

Женщина беременна, с радостью сообщила об этом мужу, а он категорически против рождения ребенка. Решилась: «Буду ждать ребенка». Но беременность воспринята конфликтно, и мрачная тень недовольства уже легла на нее. Позже отец полюбит ребенка, полюбит ребенка и бабушка по отцу, издергавшая невестку в период беременности ссорами и упреками. Однако зло уже свершилось — в семье растет невропатичный, трудный ребенок.

Сомнения и колебания женщины по поводу рождения будущего ребенка, ее страхи и опасения, недовольство супруга и свекрови, вызывая тягостные переживания беременной, сказываются на состоянии и развитии плода. Существует мнение, что дети, которые родились в семье, где родители живут в любви и согласии, красивы, уверены в себе и оптимистичны.

А вот другая житейская ситуация. Любовь, заявление о желании вступить в брак и начало половой жизни до его заключения. Но свадьба, счастливая и волнующая, состоялась, когда у будущей матери шел второй месяц беременности. Приготовления, гости, три дня шумного праздника. Поздравления, обилие впечатлений. Гости курили, облако сигаретного дыма окутывало невесту фатой, она пригубила бокал шампанского. Затем поездка по городам и на море, новые встречи, новые поздравления. А в это время происходит закладка сердца, нервной системы и органов чувств плода. Эмоциональный же стресс сопровождается выбросом гормонов тревоги в кровь матери, через пуповину они поступают к плоду, что небезразлично для него.

На 5-м месяце внутриутробного развития плод ощущает учащение ритма сердца у взволнованной матери.

Он напрягается, когда мать беспокойна, расслабляется, когда она отдыхает. В 6—7 мес плод реагирует на резкое изменение положения тела матери, спокоен, если не взволнована беременная. Следовательно, если будущая мать много нервничает, возникает риск появления на свет ребенка с врожденной детской нервностью — невропатией. По нашим наблюдениям, у 63,2 % матерей детей-невропатов отмечались тяжелые потрясения во время беременности.

Женщина страдает хроническим тонзиллитом, холециститом, у нее кариес зубов, пиелонефрит. Она легкомысленно не подготовилась к беременности, так как беременность «застала ее врасплох». Лечиться теперь? Но лекарства, боли и страх, испытываемые при стоматологических или ЛОР-процедурах, противопоказаны при беременности. В первые месяцы беременности не следует принимать лекарства без жизненных на то показаний. Лекарства способны накапливаться в тканях и органах плода, и отрицательные последствия их воздействия могут сказаться через многие годы. Не лечиться? Но это еще хуже. Вследствие интоксикации при очаге инфекции у беременной буквально отравляется плод.

Если беременная женщина проводит девять чрезвычайно важных месяцев в своей жизни в душном помещении, спит с закрытой форточкой, мало гуляет, то плод развивается в условиях кислородного голодания — гипоксии. В результате ребенок может родиться с меньшими интеллектуальными возможностями. Пройти остановку-другую пешком или воспользоваться транспортом? Так ли это важно? Очень важно. Ходьба, движение, избегание большого скопления людей, длительное пребывание на свежем воздухе способствуют сохранению и укреплению психического и физического здоровья плода и здоровья будущей матери в столь ответственный период.

Если беременность протекала неблагоприятно и ребенок родился слабым, осложненным окажется не только период новорожденности — первый месяц жизни, не только первый год жизни. Будут осложнены воспитание, формирование характера, личности в целом. Слабый ребенок беспокоен, у него плохой аппетит, он медленно набирает массу тела. В дом, где он живет, чаще заходит врач. Родители озабочены состоянием его здоровья; ему уделяется больше вни-

мания, чем его брату или сестре; он пользуется особыми льготами и как-то улавливает это. В результате уже с первого года жизни у ребенка формируется трудный характер. Ребенок уже окреп, но остается по-прежнему не в меру требовательным. Он и хочет есть, да вначале пожеманится, покапризничает. Каждый пустяк, естественное отправление он выполняет не просто, а с претензией. Родители встревожены, а он достиг желаемого: он вновь в центре внимания. Ему всего-то год-два, а он уже эгоистичен, истеричен.

Очень важно, чтобы беременность протекала нормально, чтобы она была здоровой. Природа дает женщине в этот ответственнейший период ее жизни дополнительные ресурсы физических сил и выносливость. Слабая женщина становится крепче, физически инфантильная — расцветает. Помогать природе, а не препятствовать ей — задача будущей матери. Ей следует отказаться от чего-то привычного, изменить в чем-то прежний образ жизни. Все в этот период: прогулка, одежда, режим, сон, питание — должно быть подчинено будущему материнству. И если женщина приготовила себя к беременности морально и физически, старается избегать отрицательных переживаний, живет по режиму, проводит день активно, много гуляет, родные ее оберегают, то родится здоровый ребенок.

Воспитание ребенка, таким образом, начинается еще до его рождения. Если будущая мать вовремя ест, гуляет, ложится спать — плод воспринимает строгий ритм сна и бодрствования, поступления питательных веществ. Ребенка, который родился у неорганизованной матери, уже в роддоме вынуждены перевоспитывать, приучать к режиму.

Как известно, организм человека формируется в основном в первые 3—4 мес внутриутробного развития. Так, к примеру, в период от 3 до 9 нед формируется сердце, от 5 до 9 — верхние и нижние конечности, от 8 до 12 — лицо, глаза, уши, нос, от 5 до 16 — почки. В первые же 3—4 мес беременности активно формируется нервная система. Перенесла беременная в этот промежуток времени грипп, краснуху, инфекционный гепатит — возможно появление врожденных аномалий развития. Невропатолог и детский психиатр при осмотре ребенка нередко отмечают у него малые аномалии внутриутробного развития: низкое

стояние век, асимметрию глазных щелей, неправильную форму зрачков и разную окраску радужной оболочки; нарушения формы черепа, резко выраженные надбровные дуги, уплощение затылка; седловидный нос или его искривление, широкую переносицу; асимметрию лица; раздвоенный, клиновидный, скошенный, непропорционально большой подбородок или почти полное его отсутствие; выступающие верхнюю и нижнюю челюсти; большие оттопыренные или слишком маленькие уши, асимметричное или низкое их расположение, деформацию ушных раковин; большой или чрезмерно маленький рот, «карпий» рот; измененное твердое нёбо: узкое, высокое, уплощенное, аркообразное; короткую уздечку языка, складчатый или раздвоенный язык; чрезмерно короткую или слишком длинную шею, кривошею; то же — с туловищем: отмечаются деформации грудной клетки, низкое расположение пупка; то же — с конечностями: поперечная бороздка на ладони; короткий изогнутый V палец кисти, очень длинные, чрезмерно короткие или «извитые», искривленные пальцы кистей и пальцы стоп, нахождение пальцев друг на друга. К малым аномалиям также относятся: крипторхизм — неопущение яичка; фимоз — чрезмерно маленькое отверстие крайней плоти, что затрудняет мочеиспускание; недоразвитие половых органов; увеличение клитора; нарушения пигментации; родимые пятна с оволосением; избыточное локальное оволосение; гемангиомы, и др.

Малые аномалии развития — бесспорное свидетельство нарушенного течения беременности, в основном — первого ее периода. Они, особенно если их несколько, настораживают относительно темпа психофизического созревания, которое в таком случае может быть асинхронно: к примеру — психическое развитие нормальное, а физическое развитие задерживается; психофизическое развитие нормальное, но отмечается ночное недержание мочи. Если имеется внешняя аномалия развития, возможно предположение о наличии невыявленных внутренних аномалий, что может сказаться на интеллекте, эмоциональности, зрении, слухе и т. д. При малых аномалиях развития следует предвидеть нервность или «трудность» ребенка, и воспитывать его в таких случаях надо под наблюдением невропатолога, а позднее — психиатра с учетом их рекомендаций.

Родители нередко тревожатся по поводу кефалогематомы — поднадкостничного кровоизлияния в родах. И хотя рассасывание ее может растянуться на месяцы, эта «опухоль» на голове безобидна.

Курящая женщина должна знать, что она ставит под угрозу здоровье и интеллект будущего ребенка. Многие курящие женщины, забеременев, бросают сигарету, но до этого проходят 4—8 нед развития плода. В таком случае возможны малые аномалии. Кроме того, у куривших даже такое короткое время дитя нередко появляется на свет со сниженной массой тела и ростом ниже нормального. Сниженные по сравнению с нормой масса тела и рост, если это не обусловлено генетически, зачастую — признак неблагоприятного внутриутробного развития, что чревато снижением умственных возможностей. Если женщина курила в течение всей беременности, у ребенка после рождения выявляется потребность в никотине. Этот ребенок, впоследствии взяв сигарету, сразу же может начать курить по-взрослому — много, яростно, как заядлый курильщик. Мужчина, курящий в присутствии молодой женщины, должен помнить: через легкие человека в сутки пропускается 10 000 л воздуха, из которого следует выбрать до 300 л кислорода. А воздух отравлен никотином. Женщина же на раннем сроке может и не знать, что она беременна.

Во избежание неблагоприятных последствий для развития ребенка оберегают плод и от пищевых интоксикаций. Продукты сомнительной свежести следует исключать из употребления. На организме будущей матери может и не отразиться малая толика ядовитости, а плод отреагирует на нее. Необходимо воздержаться от употребления маринадов, перца, горчицы. Жидкость употреблять следует умеренно, в меру подсаливать пищу, не переедать. Это никогда не приносит пользы, а при беременности особенно.

В трудных родах рождается зачастую трудный, нервный ребенок. Женщину, ожидающую роды с надеждой, охраняют миллионы лет эволюции. Ее незримо хранят прародительницы. Эстафету жизни несли те, у кого механизм родов был безукоризненным, остальные женские особи не выживали и не давали потомства. Все ныне живущие — потомки самых здоровых и выносливых матерей.

Муж, ждущий вестей из родильной палаты,

свекровь, приславшая роженице теплое письмо с ободряющими словами, окрыляют женщину, придают ей новые силы, потому что она любима, рождает ребенка для любимого человека, знает, что ребенка — девочку ли, мальчика ли — ждут. Бодрое, оптимистичное состояние женщины благоприятствует благополучию родов, и на свет появляется здоровое дитя.

Нередко родителей тревожит проблема недоношенности ребенка. При современных методах ухода за такими детьми большой опасности в этом нет. Недоношенный ребенок быстро, еще на первом году жизни, догоняет в психомоторном развитии детей, родившихся в срок. Уход и любовь способствуют быстрому дозреванию таких детей. Но игнорировать факт недоношенности не следует, потому что недонашивается беременность по какой-то причине. Вот ее-то и следует выяснить совместно с врачом и принять меры к устранению возможных вредных последствий.

Говоря о неблагоприятных наследственных влияниях, следует указать на то, что один из разделов психиатрии (о психопатиях) признает существенное влияние генетической природы на формирование ряда патологических характеров. С определенного возраста, чаще школьного, нередко раньше, в ребенке в таком случае выявляются агрессивность, жестокость, патологическая лживость и др., взрывчатость или чрезвычайная неустойчивость эмоций, их однотипность. Женщина, завернув в одеяльце крохотного сына, буквально бежала от жестокого, с садистскими наклонностями, патологически ревнивого мужа. И что же она со временем видит? Ей так и не удалось убежать от него. Ее ребенок — копия отца как внешне, так и по основным чертам характера. В этих случаях ребенка, подростка рано или поздно приводят на прием к психиатру. Но в данной книге речь пойдет не о таких крайностях. Упоминание о наследственности необходимо нам, чтобы подчеркнуть: тезис о новорожденном как о белом листе бумаги, т. е. изначально безликом, – несостоятелен. Генетическая предрасположенность — факт, с которым следует считаться в воспитании. Мать жалуется на приеме у врача: «Ему нет и года, но не я руковожу им, а он мной. Он тверже, упрямее, настойчивее меня. Я узнаю в нем своего властного деда».

Мы подчеркиваем это, чтобы родители своевременно

учитывали наследственно обусловленные особенности ребенка, поскольку целенаправленное воспитание позволяет, как отмечал известный советский психиатр О. В. Кербиков, смягчать «депсихопатизировать» [illegible] цательные черты характера.

Итак, человек индивидуален, сложен, своеобразен с рождения. С появлением ребенка возникает и проблема воспитания именно данного ребенка. Рассмотрим это на конкретных примерах. Человек может иметь генетически обусловленную гиперстеническую конституцию, т. е. он среднего роста, широкоплечий, круглоголовый. Как правило, при такой конституции он генетически скорее энергичный, упрямый, напористый. Человек астенической конституции, т. е. высокий, узкоплечий, узкогрудый, с широким лбом и узким подбородком, когда и тело — только «придаток к голове», склонен к рассудочности, но нередко и мечтатель, витающий в облаках, истощаемый. Нормостеническая конституция — средний вариант. Генетически заложенная программа физического развития при всех трех типах конституции реализуется неуклонно, но психические тенденции, в зависимости от воспитания, могут получить развитие или не получить его.

Точно так же врожденно разделение людей на «мыслительный» и «художественный» типы (по И. П. Павлову), базирующееся у первых на доминировании левополушарных, а у вторых — правополушарных функций головного мозга. Уже с раннего возраста «левополушарные» рассудочны, менее эмоциональны, более прямолинейны, в вопросах въедливы, доискиваются до сути. Они нередко чрезмерно серьезны, любознательны, тяготеют к «взрослым» разговорам, к одиночеству; не жалуют шумные, но охотно осваивают конструктивные игры, шахматы, увлекаются электронными игрушками, любят их разбирать и собирать, склонны к физике, математике. В них уже изначально меньше детскости, сильнее выражен мужской стиль мышления, у них и логика — мужская. Если это девочки, то они думают как мальчики и соответственно ведут себя скорее по-мальчишески. Из «левополушарных» вырастают хорошие организаторы, точные и дотошные исследователи и классификаторы в науке. В жизни это деловые, практичные люди.

«Правополушарные» рано обнаруживают интерес к красоте во всех ее проявлениях, к многообразию жи-

ной природы. Они — дети природы, ближе к ней, предпочитают книге наблюдение за полетом стрекозы, птицей или рыбками в ручье. «Правополушарные» более впечатлительны, тоньше воспринимают интонацию, подтекст, настроение, мгновенно улавливая, например, состояние матери, бабушки. Такие дети радуют неожиданностью и меткостью оценок, неординарностью суждений — и все это за счет образности мышления. Они по-детски наивны, трогательно непосредственны, то веселы, шумны, то задумчивы, часто уединяются. Их мимика чрезвычайно выразительна, эмоциональность тонка и богата. «Правополушарные» преуспевают в гуманитарных науках. Рисунки «правополушарных» поражают свежестью вйдения, эмоциональностью, экспрессией, динамикой. «Левополушарные» дети обычно тянутся к отцу, «правополушарные» — к матери. Воспитывать тех и других во избежание появления нервности или трудности следует так, чтобы оба полушария головного мозга развивались, не подавляя, а дополняя друг друга, чтобы становление проходило в гармоничном единстве интеллектуального и эмоционального, чтобы «левополушарная» девочка не стала «синим чулком», чтобы в ней развилось творческое начало, а «правополушарный» мальчик не оказался человеком не от мира сего, не приспособленным к практической жизни.

Казалось бы, преобладающее влияние того или иного отдела вегетативной нервной системы, обеспечивающей автоматизм функционирования внутренних органов, вовсе не должно иметь отношения к психологическим особенностям. Однако все непросто. И этот фактор также следует учитывать при воспитании ребенка.

Если у девочки, например, преобладание тонуса симпатической нервной системы, то это ребенок так называемого симпатикотонического типа: с яркими большими глазами (расширены зрачки), как бы удивленно взирающими на мир. Одни эти глаза делают девочку заметной, красивой. У нее бледная, нежная, сухая и прохладная кожа. Она стройна, подвижна, грациозна. Она легко увлекается, общительна, активна, деятельна, подолгу не устает и может пройти без жалоб несколько километров. Спит она немного и просыпается рано, что не мешает ей чувствовать себя хорошо отдохнувшей. Естественно, что такая девочка

легко налаживает контакт со сверстниками и вызывает симпатию взрослых.

Другая девочка появилась на свет с преобладающим тонусом парасимпатической нервной системы. Она неяркая, неприметная, у нее небольшие блеклые глаза. И руки у нее не такие тонкие, нежные, как у симпатикотоничной «аристократки», а красные и даже синюшные, влажные. Она потлива, у нее может быть плохой аппетит, но, тем не менее, она предрасположена к ожирению. Эта девочка малоподвижна, пассивна, эмоционально тускла. Она склонна к замкнутости, тревожности, мнительности. И отношение к ней как сверстников, так и взрослых неизбежно будет иным.

Очевидно, что эти девочки очень быстро осознают свои психофизические особенности. Они различны и у первой из них более благоприятны. Следует эти особенности учитывать. С самого начала родители должны воспитывать у первой девочки осмотрительность, повышенную скромность, трудолюбие, у второй — общительность, подвижность, веру в свои силы и возможности, решительность.

Однако ведущую роль в натуре человека играет темперамент. В ходе эволюции были отобраны и генетически закреплены наиболее целесообразные стили приспособления человека к среде обитания. Человек, как и все живое, в своем эволюционном развитии испытывался на выживание экстремальными ситуациями, наиболее суровыми обстоятельствами, борьбой. В борьбе он выживал только в сообществе себе подобных (род, племя, семья). Выживание всех было основным условием выживания одного. Индивидуальный стиль преодоления экстремальных ситуаций складывался как необходимый для выживания сообщества в целом.

Наше представление о темпераментах как о генетически закрепленных альтруистических (термин «альтруизм» введен О. Контом как противоположный по смыслу эгоизму) стилях поведения, повышающих шансы сообщества на выживание, подкрепляется и данными этологии — биологической науки, изучающей поведение животных в естественных условиях. Доказано, что в ходе эволюции и у них формировались и генетически закреплялись наиболее эффективные формы поведения, которые обеспечивали

выживание каждого индивидуума. Отмечена, например, генетическая обусловленность поведения самцов, когда для спасения самок и детенышей они вступали в борьбу с хищниками, хотя могли спастись бегством. Доказано, что в ходе эволюции сложилась и генетически закрепилась разделенность на лидеров и исследователей со сниженным инстинктом самосохранения и на пассивных, ведомых с повышенным инстинктом самосохранения.

Если говорить о человеке, то широкую известность приобрела концепция В. О. Геодакяна об эволюционно целесообразном поведении мужских и женских особей, что также генетически закрепилось в соответствующей их полу психофизиологической организации. Генетически закрепленная «специализация» стиля поведения в экстремальных ситуациях и соответствующая психофизическая «специализация» как эволюционная необходимость для популяции и есть темперамент.

Все основные, эволюционно отобранные и генетически закрепленные физические и психические качества человека полярны. Это всегда один из двух крайних вариантов или усредненный: гиперстеническая конституция — широкоплечие люди, астеническая — узкоплечие и нормостеническая — среднее между ними; высокие, малорослые и среднего роста, быстрые, медлительные и средние по темпу, скорости, интровертные (замкнутые), экстравертные (общительные) и амбивертные (среднее); доминирование левого или правого полушария и равнозначная функция обоих полушарий головного мозга; агрессивные исследователи, миролюбивые обживатели завоеванного первооткрывателями и среднее между ними, и т. д. Для выживания общности людей были в равной степени необходимы сильные, естественно проигрывающие в ловкости, ловкие, естественно проигрывающие в силе, и средний между ними вариант. Сообщество людей с одинаковыми данными имело бы меньше шансов на выживание. Вот и рождались и продолжают рождаться на свет настойчивые и покладистые, торопыги и неспешные, говоруны и молчуны, широкоплечие, коренастые и тонкие, ловкие, а также усредненные варианты.

Так в процессе эволюции сложились 3 индивидуальных, альтруистически направленных стиля приспособления и 3 соответствующих им гармонических

конгломерата качеств — 3 темперамента: холерический, сангвинический и флегматический.

У читателя может возникнуть вопрос: «А меланхолический темперамент?» Но сообществу людей для приспособления и преодоления экстремальных ситуаций не нужны были качества, характеризующие меланхолическую личность: слабость, тормозимость без приспособительного смысла, апатичность, замкнутость на себе, пессимистичность, как не нужны были и носители этих качеств. И, с нашей точки зрения, меланхолического темперамента нет. Есть лишь меланхолический характер.

Человек холерического темперамента по природе своей неутомим. Природа, отведя ему роль первооткрывателя, борца, мужественно встречающего опасность и стойко переносящего лишения, наделила его могучим энергетическим потенциалом. Если человека холерического темперамента не «перевоспитали» и у него характер по темпераменту, то он упорен, настойчив и непреклонно целеустремлен. Натиск его неудержим. Если он чего-то добивается, его не отвлечь, так как воля его непоколебима. Он идет прямо, тараня преграды, не сворачивая с пути и не отступая. Холерик добирается до своей вершины любой ценой. Узлы он не развязывает, а разрубает, как Александр Македонский. Все у него мощно. Если он сердится, то с гневом, и его трудно утихомирить. Это человек одной страсти, одной идеи, одной любви. Холерик верит в свою силу и потому не ведает страха. Породив его борцом, воином, природа мудро притушила в нем инстинкт самосохранения. Холерик побеждает силой, натиском и безудержной смелостью. Таким он извечно был нужен своему роду, племени, таким он и сегодня нужен людям. Если попытаться охарактеризовать холерика одним образным понятием, то он — «человек-танк». Да, с ним нелегко, но без такого не победить в экстремальной ситуации. Уже в раннем возрасте холерик начинает проявлять свой темперамент, и отец уважительно говорит о малыше: «Характер!». Родители, воспитывая ребенка, учитывают его темперамент, не ломают его, а мудро направляют развитие врожденных особенностей, чтобы при холерическом темпераменте он все-таки не был «танком», был бы и в меру гибким, компромиссным, достаточно сдержанным, безусловно гуманным человеком.

Человек флегматического темперамента медлителен в движениях, он тугодум, молчун. В нем есть сила, но она рассчитана на неспешность. Он не более неутомим, чем холерик, если его не торопить. У него формируется упорный характер, если его воспитывают правильно, но это упорство терпеливого. Узел он развязывает долго, но развяжет обязательно. И у него сильная воля, но его воля — воля трудолюбивого, та, с которой при неудачах без лишних слов вновь и вновь действуют. Флегматик обязательно дойдет до своей вершины, но не надрываясь, опять же неспешно, рассчитывая силы. Преграды трудяга флегматик точит, как капля камень. От борьбы, если возможно, он уходит, уступая право на нее холерикам и сангвиникам. Но, поставленный перед необходимостью борьбы, он не отступает и способен измотать не только сангвиника, но и холерика. Тут, как говорится, «коса находит на камень». Флегматик однозначно миролюбив. Чтобы вывести его из терпения, нужно приложить большие усилия. Если он взрывается, то гнев дотоле тихого, невозмутимого флегматика страшен. Однако такое — редкость. Чаще, если его допекают, он молча и навсегда уходит. Свои решения он никогда не меняет. Радость и горе флегматик переживает долго, затаенно, без лишних слов или вовсе молча. И он тоже однолюб. Естественно, флегматик замкнут. Он, как и холерик, уверен, что сделает, преодолеет, устоит. Природа предназначила его для оседлой, будничной жизни. Это «пахарь». Он тысячелетиями обеспечивал жизнестойкость своего рода, племени. После пожара, стихийного бедствия он терпеливо восстанавливал разрушенное. Флегматик выживал, служа опорой для других. Он оказывался уязвимее при угрозе, но его спасал обостренный инстинкт самосохранения. Осторожный, рассудочный, он никогда не рисковал. Это флегматик склонен семь раз отмерить, прежде чем отрезать. С ним надежно, хотя тоже нелегко, ибо его молчаливость может восприниматься как бесчувственность. Ребенок флегматик — тихоня, соня, «тюфяк». Его именуют медведем, очень рано уважительно начинают называть по имени и отчеству. Родителей, если они не флегматики, безмерно раздражает его медлительность, однако он из тех, кто тихо едет, но дальше будет.

Человек сангвинического темперамента быстр, он

мгновенно ориентируется в ситуации. Его стихия там, где требуются скорость, темп, где стремительны и круты повороты, где счет идет на секунды. Работа горит у него в руках. Если характер формируется по темпераменту, преграду он перепрыгнет или обойдет, потому что он гибок и компромиссен, не «лезет на рожон». Жизненные узлы он развяжет мигом. Преграду преодолеет играючи. Сангвиник думает и говорит быстро, он острослов и не лезет за словом в карман. Эмоционально он также гибок — легко переключается со смеха на слезы, одна эмоция у него сменяет другую и долго он не печалится. Сангвиник увлекается многим, находит, теряет и снова находит, любит и забывает, вспыхивает, как солома, но быстро гаснет. Он общителен и находит общий язык с любым, в том числе с холериком и флегматиком. Природа и предназначила ему быть между ними, делать то, на что неспособны они. С ним крайнее становится цельным и гармоничным, а поэтому целесообразным. Он знает себе цену, верит в себя. В суровом отборе природа дала ему столь выигрышные данные, чтобы он выполнял роль первого, кто замечает опасность, первого, кто до подхода холериков и флегматиков вступает в борьбу. Он все успевает и мгновенно на все реагирует. Инстинкт самосохранения в нем притушен, ограничен, как и у холерика. Но если холерик пренебрегает опасностью, то сангвиник полагает, что успеет вывернуться, ускользнуть. Он и выжил благодаря быстроте и ловкости. Таким: оптимистом, общительным и быстрым — он и был нужен сообществу людей в прошлом, таким он и сегодня нужен людям. С ним и легко, и трудно, потому что за ним не поспеть, не уследить: одновременно он здесь и там. Ему не сидится на месте, но в нем все гармонично. В детстве это — заводила, живчик.

Таковы 3 врожденных стиля приспособления, 3 темперамента. Характеры, вытекающие из темперамента, особенно наглядно проявляются при преодолении экстремальных обстоятельств, когда их носители, действуя по-разному, эффективно разрешают общую задачу. Однако «чистые» темпераменты встречаются относительно редко. У холерика, например, могут наблюдаться черты сангвиничности или флегматичности и т. д., но основа его все-таки однозначна. Темпера-

[illegible] природой, он — натура человека и должен [illegible] в основу формирующегося характера. Для того, чтобы родители лучше могли понять [illegible] тем- раменты в сочетании с естественно [illegible] из них чертами характера. Но сплошь и рядом темперамент подавляется воспитанием, а формируемый характер вопреки врожденной основе. При этом гармоничность нарушается, и [illegible] оказывается противопоставленным темпераменту и [illegible] по его стороне, чаще [illegible] направленности, что противоестественно и не может [illegible] ти безнаказанно. Родителей по той или иной причине «не устраивает» темперамент ребенка, и данный ему природой темперамент они пробуют изменить, «улучшить». Особенно часто это происходит тогда, когда, например, стремительность ребенка-сангвиника раздражает флегматичную мать или, наоборот, когда мать имеет сангвинический темперамент, а ребенок — флегматик. В таких случаях холерика хотят видеть покладистым, сангвиника — спокойным и тихим, флегматика — подвижным и быстрым.

Подавление темперамента, на наш взгляд,— частая причина детской нервности или трудности и одно из основных звеньев в механизме возникновения невроза. Современный человек привык подавлять эмоции и собственный темперамент. Сангвиник, холерик, флегматик живут в жестких рамках общепринятого «хорошего тона», в котором нет места естественному проявлению эмоций и темперамента. За подавление эмоций и темперамента человек XX века платит ростом психосоматических заболеваний. Это плата за борьбу с собственной натурой, индивидуальностью.

Темперамент в своей основе неизменяем. Если характер и личностные особенности, сложившиеся прижизненно в результате воспитания, условий жизни, всех возможных влияний, подавляют темперамент, человек обречен на душевное раздвоение. Например, по темпераменту он должен действовать, но характер, личностные позиции, установки побуждают воздерживаться. Для наглядности представим себе д'Артаньяна, который не отвечает действием на обиду, а благодарит за «справедливую критику». Подавленный темперамент — тот же тигр в клетке. Человек с подавленным темпераментом устает от борьбы с самим собой, от внутренней раздвоенности.

Темперамент как природное в человеке подавляется прежде всего неправильным воспитанием. В своей практике автор постоянно встречает четыре типа неправильного воспитания. Первый из них — неприятие. В личных отношениях человека к человеку огромное значение имеют неосознаваемые мотивы. Если говорить об отношении родителей к ребенку, то это любовь или ее отсутствие. Отсутствие любви к ребенку и есть неприятие. Не любить свое дитя противоестественно. В этом нельзя признаться и самому себе. Такое безоговорочно осуждается всеми. Поэтому человек подавляет в себе осознание этого факта. Соответственно не осознаются и причины неприятия.

Неприятие может быть первичным, когда рождение ребенка было изначально нежелательным (не планировали его появление, хотели вначале «пожить для себя»; беременность стала причиной вынужденного брака; в период беременности женщина развелась с мужем и ребенок от него — нелепость и т. д.). При первичном неприятии беременность протекает с осложнениями, поскольку в неосознаваемом — стремление избавиться от нее, что приводит к угрозе самопроизвольного аборта. Неосознаваемые тенденции мощно влияют на такой сложный, согласованно протекающий физиологический акт, как роды. Поэтому и роды при неприятии могут непроизвольно затягиваться. Нет потуг, и роды приходится искусственно стимулировать. Однако роды могут быть и стремительными. Собственные данные, полученные при обследовании детей, причиной невроза у которых стало воспитание по типу неприятия, свидетельствуют, что угрожающий аборт наблюдался примерно у 65 % матерей нежеланных детей, затяжные или стремительные роды — у 60 % из них.

Следует отметить, однако, что причины угрожающего аборта чаще иные и нередко он наблюдается у женщин, как раз страстно желающих иметь ребенка. То же относится к стремительным и затяжным родам. О неприятии можно говорить только в том случае, если оно проявляется в совокупности всех присущих ему признаков.

После родов, в первые месяцы жизни ребенка, если он чем-то сильно разочаровал родителей, может возникнуть также неосознаваемое вторичное неприятие. Причиной его оказывается, например, появление де-

дочки вместо ожидавшегося мальчика или появление ребенка, разительно непохожего на родителей, когда «неизвестно, в кого он», или, того хуже, «неизвестно, чей он» (с позиции ревнивого мужа, и тогда неприятие — у него). Причиной вторичного неприятия может стать и выявление некоего физического дефекта, смущающая «некрасивость» ребенка, все, что вызывает досаду относительно его данных. Вторичное неприятие иногда возникает намного позже (родители ребенка развелись после его рождения, враждуют, а малыш похож на отца, обликом и поведением постоянно напоминает о нем; выявились умственное отставание, генетический дефект; ребенок с невропатией бессонными ночами, требовательным криком измучил мать, а она эгоистична, инфантильна, не созрела для трудностей материнства; мать одинока, а ребенок стал препятствием для устройства личной жизни — «заел» жизнь и т. д.).

При первичном и вторичном неприятии у матери наблюдаются настолько тугие соски, что ребенку не удается высосать ни капли молока из «каменной» груди, а также «беспричинное» исчезновение молока у кормящей матери. При неприятии глаза у матери равнодушные, руки неласковые, жесткие, как у добросовестного, но выбравшего профессию не по призванию врача, в ее голосе звучит раздражение, она не улыбается ребенку и ее уход за ним — казенный.

Уже грудной ребенок неосознаваемо улавливает отсутствие материнской любви. Но ведь она для него сверхпотребность, безопасность. Поэтому неприятие порождает в нем страх. Он возбужден или — чаще — подавлен, много болеет. При неприятии от рук матери исходят «не те токи» и руки ее жестки. Если жизнь начинается так, это неблагоприятное ее начало.

При неприятии в ребенке все раздражает, все вызывает досаду, что является основным признаком упомянутого типа неправильного воспитания. Малыш и «ест не так», и «плачет слишком много», «требователен», «капризен». При неприятии мать слишком часто называет дочь «безрукой», отец сына — «рохлей, балбесом» и оба вопрошают: «В кого вы такие уродились?». На ребенка постоянно сердятся, его все время ругают, ему ничто не прощается. Родители искренне полагают, что им не повезло с ребенком: «У людей дети как дети, а у нас...». Скажи им, что они на-

прасно придираются к нему, — обидятся, возмутятся: «Мы воспитываем, мы желаем ему добра». Однако воспитание здесь подменяется жестким контролем и суровыми наказаниями.

При неприятии родителям часто не до ребенка, на него почему-то постоянно не хватает времени, до него никак не доходят руки. Его передоверяют бабушке, под разными предлогами, всегда «объективными», отправляют к ней в другой город. И искренне верят, что это делается «для его же пользы», что там ему лучше. Непринимаемого ребенка часто кладут в больницу, «чтобы хорошо подлечить», хотя лечить можно было и дома. Его каждый год отправляют в санаторий, «чтобы он окреп». Но ребенок воспринимает санаторий однозначно: папа и мама им недовольны — и постепенно приходит к пониманию, что от него хоть на время хотят избавиться.

Нам приходилось лечить детей, навязчиво выдергивающих у себя волосы на голове, ресницы и брови. Сложилось впечатление, что многие из них, обезображивая себя, таким образом неосознаваемо как бы наказывают себя сами. Каждому из них мы задавали вопрос: «Что тебя больше всего беспокоит?» Отвечали разное, но нередко, проникшись доверием, вдруг горько спрашивали: «А родители у меня родные? Может, я подкидыш?».

Неприятие — это самый драматичный тип неправильного воспитания. Дети рано или поздно осознают, что родители их не любят. Сделав столь потрясающее его открытие, ребенок, как и его родители, противится осознанию этого факта, тем более что прямо о нелюбви ему не говорят. Обманывая себя, родители обманывают и ребенка, утверждая, что любят его. Однако реальность рано или поздно открывает ребенку глаза на истинное положение вещей. А родители? Неужели они остаются слепыми до конца? В большинстве случаев именно так и происходит — не прозревают. Чем сильнее неприятие, тем невыносимее для родителей признать это. Но многие все же приходят к осознанию печального факта.

Отец одного из наших пациентов попросил выслушать его в отсутствие сына и жены. Он рассказал, что в силу сложившихся семейных обстоятельств старшего сына до 3 лет растил он. Младший в раннем детстве рос без него. Когда старшему исполнилось 8 лет, а младшему 4 года, отец вернулся из дли-

Приведенный пример [illegible] о том, что осознать факт неприятия возможно. Но [illegible] родителей к такому осознанию в каждом [illegible] случае неприятия заставляет рассматривать [illegible] драматический тип неправильного воспитания на страницах книги, посвященной вопросам профилактики детской нервности или трудности. Осознав факт неприятия, необходимо исключить его неблагоприятные последствия. Когда речь идет о собственном ребенке, не следует в таком случае все прощать непринятому, ни в чем ему не отказывать, пытаясь столь примитивно искупить вину перед ним. При таком поведении неприятие дополняется еще одним типом неправильного воспитания. Осознав, что ребенок не принят сердцем, родители, контролируя свое поведение разумом, могут и должны начать относиться к нему справедливо, проявлять терпение, такт, уделять ему как можно больше внимания. Уважение, внимание, понимание без виноватости в случае, когда «сердцу не прикажешь», смягчают отсутствие любви, компенсируют, а во многих случаях способны и породить любовь. К счастью, такое, чтобы в семье ребенка не любил никто, бывает редко. Не любят родители, но горячо любит бабушка. Она согреет сердце малыша, а родители уважительным отношением к нему исключат неблагоприятные последствия этого типа неправильного воспитания.

В чем же выражаются неблагоприятные последствия неприятия? В одном случае при неприятии ребенка сурово контролируют, жестко наказывают, и он живет в условиях строгого режима; в другом к нему относятся истерично, протестно и он растет в атмосфере нескончаемых претензий; в третьем, наиболее частом, на него не обращают внимания, устраняются от его воспитания.

В первом случае темперамент подавляется полностью. Природные черты в ребенке раздражают родителей, и они лепят его характер таким, каким, в их понимании, он должен быть. Во втором случае в ребенке чаще всего подавляются одни черты темперамента,

альтруистические, и соответственно заостряются другие — эгоцентричные, агрессивные. Подобное происходит в результате протестно-истерической реакции ребенка на неприятие его родителями. Заострение одних черт темперамента при подавлении других, закрепляемое в характере, размывает приспособительную суть темперамента и характера. Так упорство холерика перерождается в пагубное упрямство, живость сангвиника в не менее пагубную неустойчивость, целенаправленная неспешность флегматика — в пассивность. В третьем случае темперамент как будто не подавляется. На ребенка не обращают внимания, и он, казалось бы, живет и развивается в соответствии с натурой. Однако это не так. Отсутствие воспитания — тоже воспитание. Безнадзорность, дурные влияния при безнадзорности также воспитывают. Не ощущая внимания к себе, ребенок становится равнодушным к другим или истеричным, протестным. Нет направленного воспитывающего влияния, но есть косвенное. Ребенок живет в семье, и на него оказывает воздействие жизнь ее взрослых членов. Его воспитывают и в том случае, когда все скрывают от него, и тогда, когда жизнь родителей обнажена; когда в семье много говорят и когда все молчат. Все это воздействует на формирование личности ребенка. Воспитывают, когда говорят о работе и о других, и тем, как об этом говорят; когда ссорятся или мирятся, когда семья дружна или каждый сам по себе; когда в семье кого-то третируют и когда отец — «квартирант»: приходит поздно, молча смотрит телевизор, читает, спит и утром неслышно уходит на работу. Все это — тоже воспитание.

На ребенка воздействует все: добры или нет родители, удовлетворены они жизнью или завидуют всем и каждому, оптимисты или всегда «смертельно усталые» и им «все надоело». Для него не безразлично, что у них разные характеры, то, к чему они стремятся, что предпочитают и что любят, чему радуются, печалятся, как негодуют, чего опасаются. Ребенок все видит, слышит, по-своему воспринимает и перерабатывает, на него воздействует буквально все, и это само по себе — воспитание. Ответа требует только одно: как его все это воспитывает?

Неприятие ребенка приводит в конце концов к неприятию родителей. Возникает взаимное отчуждение,

что, в свою очередь, усугубляет взаимное неприятие. Неприятие порождает в ребенке чувство протеста. И тогда один ищет компенсацию — сочувствия, уважение вне семьи. Подрастая, находя компанию таких же ущемленных и безнадзорных, он праздно проводит время, пренебрегает учебой. В компании к нему проявляют внимание, встречают его с радостью, в чем он нуждается. Там весело, и он забывает о своих горестях. Но на этом пути он становится трудным. В характере формируются черты неустойчивости, негативизма, особенно в отношении взрослых, и он поступает вопреки их советам и требованиям. Чертами характера становятся необязательность, безответственность, эгоизм, отсутствие серьезных привязанностей, когда тот и приятель, кто с ним сегодня.

У другого формируется истероидный характер со склонностью к бурным сценам протеста с «двигательной бурей», при которой наблюдаются потеря самоконтроля, элементарной сдержанности, демонстративное поведение, когда возможны демонстративное нанесение порезов и столь же демонстративные попытки самоубийства. Вызывающее поведение наблюдается и вне семьи. В этом случае чертами характера становятся эгоистичность, лживость, манерность, склонность всегда и во всем обвинять других, начиная от родителей и кончая всеми окружающими. Здесь особенно отчетливо видно, к чему приводит подавление в темпераменте его альтруистической сущности.

Третий протестно замыкается в себе, и тут возможны два пути: формирование пассивного, апатичного характера или эгоцентрической тенденции доминировать над другими, часто за счет фанатичных усилий, когда пренебрегают здоровьем, надрываются, стремясь занять непременно первое место в учебе, спорте.

Четвертый не протестует, но в конце концов оказывается сломленным, и тогда у него формируется характер, который определяют как «бесхарактерность». Пятый также не протестует, приспосабливается, но у него складывается тревожно-мнительный характер. У шестого возникает невроз.

Неприятие всегда приводит к неуверенности в себе. Если ребенка не любят собственные родители, у него не может быть и уверенности в себе. Его не любят, и он чувствует себя гадким утенком. В итоге темпе-

рамент его подавлен, подавлена и [illegible] приспособлении к жизни, и он не [illegible]

Второй тип неправильного воспитания — гиперсоциальное. Встречается все более часто. [illegible] принятию. Ребенка хотят иметь не потому, что в [illegible] есть глубокая душевная потребность, а потому, что дети должны быть у всех. Ребенка ждут, неосознаваемого отвергания нет. Он появляется и завоевывает сердце, его любят. Но дело здесь в ориентациях родителей. Это — «правильные» люди. Дети у них по тому, что «так должно быть», и соответственно воспитание их — «как должно быть». Читаются и до формализма пунктуально выполняются рекомендации по «идеальному» воспитанию. Ребенка не берут на руки, даже если он заходится в плаче, поскольку «это непедагогично»; его кормят по часам, хотя он не хочет есть в положенный час и плачет от голода в неположенное время. Его укладывают спать, когда ему хочется играть и поэтому не уснуть. Ребенка настойчиво заставляют говорить «здравствуйте», хотя он стремится уйти или человек, с которым его непременно заставляют поздороваться, ему не нравится; он во что бы то ни стало должен сказать «спасибо», хотя подарок ему не по душе. С ним занимаются, несмотря на его полное нежелание заниматься именно этим и именно в это время. Все в его жизни строго регламентировано, все разделено только на белое и только на черное, на хорошее и плохое, на дозволенное и недозволенное. Культивируются педантизм и чрезмерная пунктуальность.

Похвала воспитателя в детском саду для его родителей высшее достижение ребенка, порицание — катастрофа. Если к завтрашнему дню нужно принести бумажных журавликов, его заставляют вырезать их и клеить, даже если он нездоров. «Надо» гипертрофировано до абсурда. Отметки в школе — самоцель. «Удовлетворительно» — трагедия для родителей.

Как врач, автор иногда со страхом думает: а вдруг выйдет книга с врачебно-педагогическими рекомендациями и в ней будет допущена опечатка. Ведь гиперсоциальные истово выполнят и нелепость, заключенную в опечатке. Ребенок у гиперсоциальных родителей как бы запрограммирован, формализован. Он чрезмерно дисциплинирован и чересчур исполнителен. И вот он и сам становится «правильным»

сухарем и педантом. Теперь и для него похвала учительницы и отличная оценка — самоцель. Гиперсоциальный ребенок отныне живет как робот, автомат. И для него теперь все только белое и только черное. Эмоционально он сдержан, потому что эмоции у него подавлялись с младенчества, так как эмоциональная сдержанность считалась признаком интеллигентности, а проявление эмоций — чем-то постыдным. И, конечно, во всем ориентация на то, что скажут или подумают, как оценят его поступок другие. Когда он вырастет, то успехом для него будет только успех на работе.

При гиперсоциальном воспитании темперамент подавляется, особенно сангвинический; в холерическом и флегматическом заостряются элементы упорства, следования к цели, трудолюбия, а другие черты этих темпераментов подавляются. В итоге у таких детей формируется гиперсоциальный или тревожно-мнительный характер, приводящий их к психосоматическим заболеваниям и даже к неврозу, если они терпят тяжелую неудачу или крах притязаний.

Третий тип неправильного воспитания — **тревожно-мнительное** — наблюдается в тех случаях, когда с рождением ребенка одновременно возникает и неотступная тревога за него, за его здоровье и благополучие. Это антипод неприятия. Ребенка любят, но исступленно и поэтому не в радость ему и себе. Любовь превращается в страх потери того, кого любят.

Воспитание по типу тревожной мнительности нередко наблюдается в семье с единственным ребенком, а также в семье, где растет ослабленный или поздний ребенок. Характерно оно и для тревожных от природы родителей, когда обычные заболевания, травмы буквально вызывают панику, аппетит ребенка становится чрезвычайной заботой всей семьи, когда ночью встают несколько раз, чтобы поправить одеяло и «послушать, как он дышит», дотронуться до лобика — нет ли у него жара. При тревожно-мнительном воспитании ребенка не выпускают из квартиры, поскольку «бывают разные случаи» и «на улице злые мальчишки». Его провожают в школу и встречают, чтобы перевести через улицу, по которой не ходит транспорт, и просто «на всякий случай». Ему тревожно заглядывают в глаза и по нескольку раз в день задают тревожные озабоченные вопросы. Естест-

[illegible]но, что ребенок запуган и очень рано [illegible] вится тревожным. Теперь уже он трижды в день задает вопросы: «А я не заболею?», «А это не страшно?», а с 5 лет: «А я не умру?», «А вы не умрете?»

Данная аномалия воспитания несет в себе [illegible] гиперсоциальности, но не престижной, не тщеславной, а тревожной. Ребенка рано обучают иностранному языку, музыке, тревожно следят за учебой, чтобы обезопасить его будущее, дать ему преимущество «в борьбе за жизнь». В результате он тревожно, мнительно воспринимает естественные трудности, отношения со сверстниками, тяжело переживает направление в ясли или в сад, школьную действительность. Ребенок в таком случае несамостоятелен, нерешителен, робок, раним и обидчив, мучительно не уверен в себе. Постоянное сдерживание, ограничение активности родителями, а позднее — и чрезмерный самоконтроль, самоограничения приводят к подавлению сангвинического и холерического темпераментов, а во флегматическом обостряют тенденцию к осторожности, рассудочности. Путь этих детей — в тревожность и мнительность на всю жизнь, в нервность или даже в невроз. Они и трудны, поскольку беспокойны из-за тревожного восприятия действительности.

Четвертый тип неправильного воспитания — **эгоцентрическое** — наблюдается в семье с недостаточным уровнем ответственности в отношении будущего, когда ребенку, часто единственному, долгожданному, навязывается представление о себе как о самодовлеющей сверхценности: он кумир, «смысл жизни» и т. д. При этом интересы окружающих нередко игнорируются, приносятся в жертву ребенку. Малейшие его прихоти удовлетворяются немедленно, желания предугадываются, нет ограничений, режима, дисциплины, понятия «нельзя». Он не приучен понимать интересы других, ждать своей очереди, не переносит малейших лишений, агрессивно воспринимает любые преграды. Такой ребенок расторможен, неустойчив. В результате у холерика заостряется агрессивность, его упорство трансформируется в формирующемся характере в упрямство, целеустремленность — в настырную требовательность и т. д. У сангвиника быстрота трансформируется в расторможенность, острословие — в болтливость и резонерство, подвижность — в суетливость, эмоциональность — в истеричность, уверенность — в самоуве-

ренность. У флегматика медлительность перерождается в плесивность, упорство — в упрямство, а целеустремленность — в ригидную требовательность, как и у холерика. Главное заключается в том, что у детей всех типов темперамента при эгоцентрическом воспитании подавляется социальная сущность темперамента, его альтруистические черты.

При первой же встрече со сверстниками эгоцентричный ребенок терпит неудачу. Жизнь и сверстники немедленно ставят все на свои места. Никто не признает такого ребенка принцем, никто — кумиром. Его претензии вызывают смех или получают жесткий отпор. Эгоиста не терпят все, и он закономерно обречен на крах и одиночество. Обескураживающая встреча со сверстниками в яслях или детском саду, в школе для таких детей — психическая травма. В результате холерик срывается на протестное поведение, сангвиник впадает в истероидность, флегматик — в тревожность и мнительность. На смену самоуверенности приходит неуверенность в себе. Теперь эти дети испытывают то, что переживается при неприятии, в данном случае — неприятии другими, за пределами семьи. Привыкшему в семье к противоположному — к любви до обожания — неприятие непереносимо. Последствия примерно те же, что и при неприятии в семье, но здесь преобладает истероидность. Есть и другие последствия, которые будут освещены в главе, посвященной неврозам у детей. Они основаны на том, что теперь, чтобы приспособиться, приходится подавлять заостренные черты темперамента (эгоизм, агрессивность).

Утверждение, что воспитание начинается с колыбели, — не пустые слова. К 5—5½ годам оно уже формирует фундамент личности и ее психическое здоровье. То, что закладывается до 5—5½ лет, закладывается прочно. И воспитание до этого возраста должно быть согласно с врожденной индивидуальностью ребенка, развивающим заложенные в каждом возможности. Если принять за 100 % уровень умственного развития 18—20-летнего, то 20 % его имеет уже ребенок в 1 год, 50 % — 4-летний, 60 % — 6-летний. И Л. Н. Толстой убежденно отмечал: «От пятилетнего ребенка до меня — только шаг». Ребенок эмоционален с рождения, и в 3—4 года стиль его эмоционального реагирования закрепляется в форме, присущей

данному ребенку, как и характер, основы которого складываются к 5—6 годам. В 5—6 лет ребенок окончательно принимает и свой биологический пол. Он уже не скажет: «Вырасту тетей — буду врачом, дядей — летчиком». В 5—6 лет ребенок физически совершенен. К этому возрасту ребенок или воспитан, или пора начинать трудное перевоспитание. Он гармоничен или дисгармоничен как формирующаяся личность; родители и воспитатели в яслях или в садике довольны им или огорчены, если он нервный, трудный. С большой долей вероятности можно прогнозировать, как он будет учиться и что его ожидает в будущем.

Упустить в воспитании первые годы детства — до 5 лет — нельзя. Это период закладки фундамента ко всему будущему человека.

Взаимоотношения в системе родители — ребенок сложны с первых месяцев жизни. Индивидуальные особенности проявляются уже в первом крике ребенка после рождения. Один закричал жалобно, обиженно, другой — сердито. Пеленая беспомощное тельце, родители преисполнены иллюзий, что ребенок безраздельно в их руках. С одной стороны, так оно и есть: пока воздействие родителей на младенца безгранично. С другой стороны, все не так: он изначально идет своим путем, поскольку уже рождается как индивидуальность. И он сразу сопротивляется, если его индивидуальность игнорируется. Он хватает предмет в $5^1/_2$ месяцев, но мать он психологически «схватывает» раньше. Он воздействует на нее и нередко направляет ее отношение к себе, задавая таким образом направленность воспитания. Жалобным или требовательным, настойчивым криком, как раз своей беспомощностью он может достичь многого. Да что дитя человека, когда даже медвежонок может с рождения невротизировать криком и поведением медведицу.

Младенец прекращает кричать, если его взяли на руки, с первых дней жизни. Есть основания полагать, что он улавливает дискомфорт и крик — сигнал матери, требование устранить неудобство. С крика человек не только начинает жизнь, вдохнув и выдохнув в первый раз, но им он еще и оповещает мать, что родился, побуждая к уходу за ним и к защите его. Природа наделила мать способностью к дифференцированному его восприятию. Так должно быть, поскольку ребенку для выживания нужна мать. Однако

[illegible]ческого детеныша с его стремительно развивающейся психикой потребность в крике может выйти за рамки необходимого и привести к порабощению матери. Соответственно материнский инстинкт и материнская любовь также могут перейти грань необходимого. В трогательной, извечной, самой напряженной и гармоничной у людей связи в системе мать — дитя эмоциональность может победить разум матери. Ответственная и разумная мать, любя своего ребенка, удерживается на грани необходимого. Пренебрегать криком голодного, испугавшегося, лежащего в мокрых пеленках — значит вырастить беспокойного, боязливого и еще более крикливого ребенка. Дитя может и перестать кричать, не получая отклика. Такое бывает — ребенок захлебывается в крике, а мать, «воспитывая», не реагирует и добивается желаемого: «Он у меня теперь спокойный, я оставляю его, ухожу, а он молчит». Однако он замолчал так, как замолкает переставший звать на помощь погибающий, поняв, что это бесполезно,— все равно никто не услышит. Как у ставшего беспокойным, боязливым, так и у замолчавшего начинается подавление темперамента. Воспитание всегда индивидуально, оно — следование золотой середине и любая крайность в нем — ошибка. Как нельзя не реагировать на звук-сигнал младенца, так не следует бросаться на любой крик, поощряя превращение необходимого сигнала в капризно-требовательный. Все это иллюстрация к тому, что первые привычки и черты характера начинают закладываться с первых недель жизни.

Ребенок развивается стремительно, и в таком же темпе усложняются отношения между ним и родителями. С $1^1/_2$ мес младенец начинает различать мимику и тон, выражающие ласковое поощрение, одобрение, участие или недовольство. А раз так, то уже возможны первые влияния на него. Он как-то воспринимает, когда им довольны, а когда нет.

В $2-2^1/_2$ мес младенец выражает протест, неудовольствие гримасой. В 3 мес родители отмечают появление капризного хныканья. Развитие идет быстро, хотя и проявляется пока в мелочах. Нельзя поддаваться капризному хныканью и требовательному крику, но следует не допускать причин, вызывающих их. Вовремя накормили, перепеленали — и повода для крика нет. Замешкались — и он кричит все громче. По-

стигая — чем громче, тем эффективнее. И вот «болевой» звук-сигнал превращается в требовательный, истошный крик. Мать засуетилась, смущена, выказывает виноватость, а он как-то непостижимо улавливает это. И капризность нарастает, крик звучит все настойчивее, громче, нетерпеливее.

В 3 мес ребенок улыбается, гулит, призывая мать и ожидая ласкового ответа. Так должно быть, и все это необходимо ему. Мать с ним, мать ободряет его, радует лаской, нежным воркованием, но без ненужной ему жалости, без сюсюканья. Если жалеть здорового, он станет воспринимать себя больным. Даже если он болен, жалость не демонстрируют, ибо в противном случае ребенок свяжет болезнь с особым к нему отношением. Тогда, уже выздоровев, он будет жаждать жалости и поведет себя как больной. Так начинается истеричность.

На 4-м месяце жизни малыш ищет общения со всеми взрослыми в семье. С ним также общаются весело, ласково, нежно, но не переходя ту грань, за которой нежность приводит к изнеженности и в результате ребенок порабощает семью. Нельзя допустить, чтобы, как писал более века назад известный французский психиатр Э. Эскироль, нелепая и гибельная нежность родителей подчинила детским капризам разум зрелого человека.

С $5^1/_2$ мес дитя манипулирует предметами и проявляет или устойчивый интерес, или хватает все подряд, ни на чем толком не задерживаясь. Второй путь — начало формирования в характере поверхностности, несерьезности, отвлекаемости и в итоге — неустойчивости.

На 7-м месяце малыш начинает понимать, чего от него требуют, и спокойно подчиняется или капризно сопротивляется. Ласково, но твердо капризы, сопротивление пресекаются. А он все настойчивее стремится добиться своего, что у многих младенцев получается. Еще в самом малом, но уже неуклонно требования взрослых игнорируются, а его — выполняются. Он пытается подчинить себе мать.

Ребенок в этом возрасте тонко различает ласковый и сердитый тон. Значит, пришло время похвалить его или показать, что им недовольны. Следует укрепить столь важное понимание — когда им довольны, а когда нет. При неправильном воспитании в 8—9 мес ребенок

может истерически изгибаться и кричать в манеже. В таком случае необходимо быть твердым. Следует помнить: ребенок никогда и ничего не должен добиться истерикой. Один, два раза родители стерпят, выдержат истошный крик, но малыш не получит желаемого, и истеричность исчезнет, не получив подкрепления. Лучше уйти из комнаты, где буйствует ребенок. Без зрителей истерика, всегда рассчитанная на них, прекращается. И, конечно, родители, когда ребенок в истерике, всем своим видом демонстрируют недовольство им.

Родителям часто приходится проявлять твердость. Ребенок с младенчества должен усвоить, что, если он переходит грань допустимого, любящие, ласковые, добрые родители становятся суровыми. Это важный рычаг воспитания. Ласка — всегда поощрение и знак для ребенка: все хорошо, так себя и надо вести. Родители вдруг становятся строгими — стало быть, они огорчены им. Малыш пытается настоять на своем, однако родители непреклонны, серьезны. И он уступает, получая урок: за определенную черту переходить нельзя. Часто спрашивают, как надо воспитывать — строгостью или лаской? Отвечаем: поощряя, но и твердо настаивая на своем в случае необходимости. И тогда ребенок очень рано уловит смысл слов «можно» и «нельзя», как и научится понимать просьбу «подожди». Если такое понимание будет воспитано вовремя, не придется прибегать к наказаниям, когда малыш подрастет. Родители часто задают врачам вопрос: «Как наказывать?». Однако необходимость в наказании — свидетельство уже упущенного в воспитании. Ребенка, правильно воспитанного с самого раннего возраста, наказывать не приходится. Наказание — всегда перевоспитание. Наказание — всегда насилие, беда для родителей и для ребенка. Это уже борьба между ними. Хорошо воспитанный ребенок не подает повода для наказания. И если пришла такая необходимость, нужно помнить следующее. Наказание никогда не должно оскорблять, унижать, запугивать ребенка. Детей никогда не следует бить. Наказание — всегда демонстрация глубокого огорчения родителей поведением ребенка. Такая демонстрация уже наказание, если он любит родителей и они авторитетны для него. Наказание — всегда лишение ребенка того, чего он более всего хочет, что ценит, демонстрация презрения не к нему, а к его поступку, изменение от-

ношения к нему. От него отворачиваются. С ним обращаются сухо, говорят только о деле [illegible] он не заслужил возвращения ему [illegible], сердечного отношения. Унижающее, запугивающее, причиняющее боль наказание ни к чему хорошему не приводит и ничего не решает. Поскольку в необходимости наказать ребенка виноваты и родители (просчет воспитания), лишение касается всех — все не идут на прогулку, все не смотрят интересную телепередачу, как бы говоря о проступке: вот как все огорчены, но, вот к каким последствиям это приводит. Переживания, связанные с наказанием, подвигают ребенка и к раннему постижению чувства стыда.

Однако вернемся к формированию представления о том, что «можно» и что «нельзя», к пониманию проблемы «подожди». «Можно» и «нельзя» возникают как реакция на «хочу». «Хочу» — важная проблема. Пожалуй, вокруг удовлетворения или отказа в «хочу» и концентрируется процесс воспитания. Из «хочу» вырастают притязания человека. На достижение «хочу» направлен темперамент. «Хочу», как и «не хочу», возникает уже до года. Именно из «хочу» рождается проблема «нельзя» и «можно», из «не хочу» — сверхпроблема «надо». От путей ее разрешения на первом году жизни и до 5 лет во многом и чаще всего зависит, каким станет человек — социально благополучным или эгоистом, трудным. Здесь же корни нервности — от ее первых проявлений до невроза, психосоматических состояний.

«Хочу» и «не хочу» ребенка более всего нуждаются в родительском анализе и понимании. Если «хочу» допустимо, справедливо, оно удовлетворяется, как и «не хочу». Однако чаще бывает так: ребенок не хочет есть, но его кормят насильно, насильно укладывают спать, умывают, одевают. Вначале он сопротивляется, но со взрослыми ему не справиться, и он сдается. Он уже до года показывает кивком головы: «Да, хочу, согласен», останавливающим жестом руки указывает: «Нет, не хочу, не согласен». За этим не только желание и нежелание, согласие и несогласие. За этим — врожденное чувство достоинства, основа основ личности, самостоятельность, активность. Властные родители не посчитались с «хочу» и «не хочу» ребенка, подавили их. Одновременно они подавили чувство достоинства, самостоятельность, активность.

Они воспитали необходимые «нельзя» и «надо», но «нельзя», базирующееся на страхе, и [illegible], пассивное, рожденное насилием «надо». В этом случае «нельзя» и «надо» одним воспринимаются протестно, агрессивно, а у другого основываются на боязливости, пассивном подчинении.

Если понятное, справедливое «хочу» и «не хочу» удовлетворяется, ребенок поймет разумность, справедливость «нельзя» и «надо». Вначале он воспримет это неосознаваемо, затем как осознанную категорию. «Нельзя» и «надо» войдут в его плоть и кровь, превратятся в стержень чувства собственного достоинства, которое будет ущемляться как раз тогда, когда человек вынужден переступить через упомянутые понятия. Самостоятельность проявится больше в самоограничении «нельзя» и в выполнении «надо», чем в достижении запретного «хочу» и в преодолении «не хочу», если «надо». И только в таком случае нет причин для возникновения нервности или трудности. Мудро, спокойно, твердо, но справедливо, терпеливо, с любовью прививается: «Это, мой маленький, можно, а это никак нельзя!» В «можно» и «нельзя» не должно быть разногласий у взрослых, если они есть — тогда нет воспитания.

Детей никогда нельзя обижать, но им и нельзя подчиняться. Детей не балуют, им не потакают в недопустимом. Но их, повторяем, не обижают, щадя достоинство и не пестуя обидчивость. Даже у детенышей животных подобное подавляет темперамент и искажает характер. Подмечено, что, если люди обижают молодых орангутангов, у тех развиваются такие черты характера, как робость и невротический страх, если их неуемно балуют, они становятся буйными и дерзкими; если на них не обращают внимания, содержа в тесной клетке, они превращаются в равнодушных и апатичных.

В 9 мес ребенок может быть общительным или замкнутым, добрым или «злым», энергичным или пассивным, т. е. зачатки характера уже имеют место. Нервность или трудность заметны, и надо незамедлительно исправлять положение. Еще до года один сосредоточенно занимается чем-то, а другой берет игрушку и тут же бросает ее, поочередно хватается за одно, второе, третье. Именно здесь закрепляется неустойчивость в характере, что может сокрушительно ска-

[illegible]аться в школьные годы, а затем и в жизни. С[illegible] [illegible]аются обычно в первом классе, когда уже [illegible]т дело со сложившимся характером.

К 11 мес малыш должен понимать и выполнять просьбы типа «подними», «не трогай», «возьми», «отдай», «положи», «открой ротик». И дело не только в умственном развитии, а в укреплении готовности выполнять указания взрослых и в понимании «надо». Если он теперь не выполнит этого, то в 10 лет и не пошевелится при трехкратно повторенной просьбе. Таким образом, ребенок в 11 мес уже управляем или неуправляем. Он научается понимать похвалу и порицание, выраженные словами, радоваться первому и огорчаться второму. Ребенок изучает родителей и, изучая, испытывает их терпение — бросил печенье на пол и ждет, что будет. Следует отвернуться от него, тем самым выразив отношение к его поступку. Если отреагировать так несколько раз, то подобное больше не повторится.

В 1 год ребенок начинает ходить, и его темперамент проявляется отчетливо. Один пошел решительно, напрямик, упал, встал без слез и двинулся дальше. Отгородили стульчиками часть комнаты, а он сметает их, настойчиво дергает дверь в другую комнату. Это — холерик. Второй пошел — и тут же бегом. И вот он на диване, под столом. Его не удержать. Это — сангвиник. Третий двинулся в свой первый путь осторожно, неспешно. Он не идет бесцельно, а направляется к чему-то. Пошел и сел, занялся делом. И если какое-то пространство отгорожено стульчиками, он остановится, повернет назад. Это — флегматик.

В год ребенок особенно привязан к матери. Он повышенно боязлив, поскольку понимает больше, чем умеет. Возможно, именно страх ограничивает его способность передвигаться. Он пошел и оробел. То же самое и у детенышей животных. Они бегают, но лишь около матери. Инстинкт самосохранения предписывает им не удаляться от нее. Так и ребенок. Только в $1^1/_2$ — 2 года, овладев речью, он начнет отдаляться от матери. Он осмелеет, получив возможность высказать просьбу, пожаловаться, спросить, где мама. Речь фантастично увеличивает возможности приспособления и с этим — уверенность и самостоятельность.

К 3—4 годам в ребенке, пусть в зародыше, просматриваются все человеческие добродетели или по-

[illegible] Р[illegible] [illegible] хитрить, [illegible] игрушку, чтобы взять две лучшие и [illegible]. Он начинает понимать, каким ему следует [illegible]ваясь таким, какой он есть на самом деле. [illegible]вательно, у него не все на языке, что на уме, у него есть и своя внутренняя жизнь, вполне [illegible]. Перед кем-то он показывает страх, [illegible] его и помнит об этом долго; ему знакомо чувство любви, он проявляет ее и помнит людей, которые любили его, всю жизнь. Маленький лукавец хорошо понимает, кто есть кто в семье. Он может [illegible]ровать младшего брата и престарелую бабушку, [illegible] работы властного и [illegible]ирующего в семье отца [illegible] пожаловаться ему на мать. Узнав тайну, он может скрывать ее долгое время, использовать в своих интересах.

Одному нашему 3-годовалому пациенту няня строго запретила рассказывать матери о том, как по ее недосмотру он упал с большой высоты. Мальчик несколько месяцев хромал, тянул ножку, его консультировали многие специалисты, а правду узнали через 8 мес, когда няня ушла. Почти год ребенок держал слово, разумеется, под страхом наказания, но он оказался способным на такое.

Итак, 3—4-годовалый ребенок не прост. И это естественно. Он учится приспосабливаться к любым обстоятельствам, адаптироваться в любой среде. И обязательно приспособится. Но большой урон будет нанесен ему в семье, где есть невеликодушный сильный и негордый слабый, где живут подавляющий и терпящий, оскорбляющий и оскорбляемый. Ребенок подражает сильному. Если сильный великодушен, таким скорее всего будет и ребенок, и наоборот.

Ребенок 4-го года жизни улавливает насмешку над собой, помнит обиду, не будет играть со сверстником, унизившим его. Ироничный отец или насмешливый старший брат — сущее бедствие для маленького человека, источник глубоких переживаний и появления ощущения своей неполноценности, которое он может пронести через всю жизнь.

И все же пока он действует, исходя из весьма незрелой оценки себя другими и собственной оценки других, нередко ошибаясь. Ему трудно уяснить, что истинно. Взрослые члены семьи нередко дезориентируют ребенка, восхваляя его без меры, будучи при-

...ом беспощадными друг к другу, оскорб... ...друга. Взаимные оскорбления взрослых ... ...ое отношение к заявлениям ребенка ... ...мама плохой» и т. п. оборачиваются ... ...ым исключением бабушка, отца из процесса ... ...итания. Они унижены, неавторитетны. А бывает и так, что все взрослые неавторитетны для ребенка ... ...о 4 года. Кто же его будет воспитывать?

Ребенок остро переживает как неудачи, так и разочарование при преодолении препятствий и трудностей. Пусть переживет все это, накопит опыт. Родители не должны оберегать 3—4-летнего малыша от преодоления трудностей. Иначе, столкнувшись в будущем с препятствиями, он не приложит усилий и не преодолеет их. Результатом станут уныние, ..., отказ от дальнейших попыток, склонность обвинять в собственных неудачах всех и вся.

В 3—4 года у детей при правильном воспитании проявляется еще одно принципиальное качество личности — стыд. Где стыд, там и совесть. Недаром о плохом человеке говорят: «Он без стыда и совести». Неправильным воспитанием можно подавить развитие этого хрупкого человеческого качества, сделать ребенка бесстыжим. Но нет стыда — и человек становится эгоистом. Нет стыда — человек безответствен, лжив, ненадежен. Нет стыда — не состоятся ни сын, ни дочь, а впоследствии — ни муж, ни жена, ни отец, ни мать. Нет стыда — нет порядочного человека.

На 4-м году жизни ребенок должен оценивать свои поступки с позиций добра и зла. С этого времени психически полноценный ребенок не будет причинять боль другому, мучить животных. Если же такие поступки имеют место и совершаются сознательно, перед нами либо психопатический характер, либо результат плохого воспитания.

В 5—6 лет (один развивается быстрее, другой — медленнее, и потому правомерно обозначать этот возрастной рубеж как возраст $5^{1}/_{2}$ лет), как указывалось, первоначальное, базовое, фундаментальное воспитание закончилось. Ребенок этого возраста во многом уже личность. Его вели многотрудным путем, на котором он впитывал хорошее и плохое. Теперь все зависит от соотношения хорошего и плохого в нем. ...: «Ничто не может изгладить первых впечатлений детства. Они уже в нем, эти впечатления,

и они более всего о нас и от нас. Ребенок приходит в мир, не ведая о нем ничего. Родители первыми встречают его и проходят с ним рядом эти 5 лет. Какими они предстают перед ним, таким он и представляет мир, людей, отношение к себе и отношение к другим людям. Воспитывая ребенка, родители, как правило, слишком много внимания уделяют уходу, питанию, что было, есть и будет необходимым, но не самым главным для человека. При неприятии, к примеру, тот же хлеб, съеденный с чувством горечи, — яд, а тревожный ребенок страдает несварением, питаясь самыми лучшими продуктами. Младенец оставляет материнскую грудь и поворачивается к смеющемуся или окликающему его человеку. Окружающее для него важнее пищи. Каковы были первые впечатления от жизни, таков и он. Как живут родители — мирно или конфликтно, одухотворенно или их потребности скудны — таковы и первые, наиважнейшие впечатления от жизни у ребенка. В свою очередь, и малыш воздействовал на родителей. Как было воспринято такое воздействие: разумно, с любовью, с пониманием или неразумно, раздраженно? Здесь решается многое

Ребенок на 6-м году жизни нередко понимает взрослых людей больше, чем они понимают его, и страдает от их непонимания. Нередко на прием приходят матери, которые отчетливо помнят, как ребенок развивался, прибавлял в росте, массе тела, чем болел. Но вопрос: «Каков ваш ребенок по характеру, что он за человек?» — ставит их в тупик. Медленно, запинаясь, мучительно, они начинают характеризовать сына или дочь, как будто только что впервые увидели их. Как же они воспитывали, не зная собственного сына или дочь?

Время от времени необходимо внимательно всмотреться в своего ребенка. Задать себе вопросы, вдумчиво и объективно ответить на них. Многое станет ясно. Что делали не так, что упустили, что необходимо наверстать в оставшееся до школы время, чтобы ребенок адаптировался к ней без нервности и трудности.

Итак, предлагаем родителям примерный перечень вопросов, объективные ответы на которые помогут составить представление о том, каковы темперамент и характер у их ребенка.

Ребенок настойчив, упорен, упрям, неуступчив

[illegible]? Его интересы устойчивы, он [illegible] [illegible]ается одним делом и бурно протестует, когда его [illegible]ают? Он неприхотлив, если упал — встает сам, [illegible] не ищет, не жалуется, и чем ему труднее, тем он настойчивее стремится к цели? Если все это так, то у ребенка холерический темперамент.

Ребенок медлителен, тугодум, молчалив, сдержан, замкнут, домосед, предпочитает игры в одиночку, все переживает в себе, тихоня и его не видно и не слышно? Он терпелив, обстоятелен, осмотрителен и осторожен, миролюбив и покладист? У такого ребенка флегматический темперамент.

Ребенок быстр, активен, подвижен, расторопен, ориентируется и приспосабливается мгновенно, везде чувствует себя как дома, общителен и говорлив? Он выдумщик, спорщик, заводила, склонен к риску, азарту, все ему интересно и он все успевает сделать? Если ребенок таков, он — сангвиник. И это первое, что родители должны уяснить как можно раньше, чтобы воспитывать ребенка, не подавляя его индивидуальность.

Ребенок уверен в себе, самостоятелен и решителен, в нем развито чувство достоинства? Он пользуется авторитетом у сверстников, с ним охотно дружат и играют, он равноправен среди детей? Тяготеет к сверстникам или детям младше, старше себя? Он добр, доброжелателен, отзывчив? Ему присущи чувство стыда и совестливость? Он понимает, что и другому может быть больно, что бабушка сегодня плохо себя чувствует? Или ребенок эгоистичен, демонстративен, назойлив, выскочка, стремится завладеть общим вниманием, никогда не признает своих ошибок и склонен во всем обвинять только других?

Ребенок внимателен, усидчив, любознателен или отвлекаем, склонен бросать начатое дело, не доводя до конца? Он оптимист или нытик? Тревожен, чрезмерно раним и обидчив, мнителен? Агрессивен или миролюбив? Умеет постоять за себя? Он силен, ловок или физически слаб и неловок? Он умеет и знает все, что положено освоить в его возрасте?

Такова примерная схема вопросов, которые родители должны как можно раньше ставить и решать, чтобы своевременно внести коррективы в воспитание. Если ребенок не уверен в себе, несамостоятелен, нерешителен и у него не развито чувство достоинства

...подавлен темперамент, и это следствие одной из серьезных ошибок воспитания, чреватой наиболее неблагоприятными последствиями в формировании личности. Если ребенок неавторитетен среди сверстников, неравноправен среди них, не умеет за себя постоять, унижен — это очень серьезно. У него нарушена адаптация. Сверстники в таком случае безошибочно высвечивают дефекты воспитания и развития ребенка. Они мгновенно улавливают слабости, неумение, неуверенность и робость. Если ребенок тяготеет к более младшим детям — он задерживается в развитии, не уверен в себе или стремится к лидерству, не имея на то данных, а поэтому и играет с младшими. Если малыш общается с более старшими, то нужно своевременно уяснить — ему скучно со сверстниками, поскольку у него опережающее умственное развитие или его привлекает озорство старших. Если он эгоистичен, демонстративен и не признает своих ошибок, в нем зреют истерические черты характера. В 3 года у ребенка уже развито чувство стыда и сострадания. И плохо, если этого нет. Пагубна и тревожная мнительность. Она нередко приводит к неврозу. Отвлекаемость и отсутствие любознательности породят конфликты в школе, чреваты недоразвитием умственных потенций. Агрессивность — наиболее опасная черта в трудном характере, а слабость, неловкость и неумение приводят к чувству несостоятельности и неврозу. Задумавшись над этими вопросами, родители предупредят развитие нервности или трудностей в поведении, подготовят ребенка к школе, где нервность или трудность могут омрачить важнейший период формирования личности. И главным, стержневым вопросом, который следует выяснить у ребенка уже в 2 года, усвоил он или не усвоил понятия «можно», «нельзя», «надо», а в 3 года — «стыдно». Если усвоил, воспитание верно и такому ребенку, как правило, не угрожает развитие нервности, трудности.

Естественно, это только схема, но она может помочь в оценке темперамента и характера ребенка, в его воспитании. На предложенные вопросы трудно ответить однозначно, лучше применить пятибалльную систему оценок. Что-то выражено удовлетворительно, что-то на 5 баллов. Ответы на все вопросы могут определить, подготовлен ли он к школе. Могут возникнуть новые вопросы, например, куда следует ре...

[illegible]бок в своем личностном развитии и что [illegible] станет в дальнейшем с учетом того, каков он сей час. Задумавшись над ответами, родители серьезнее отнесутся к воспитанию.

В практике автора [illegible] Родители [illegible] передоверили бабушке. Мальчик гордился родителями, [illegible] они приходили навестить его на часок-другой, он [illegible] их, крепко держа за руки, чтобы дети во дворе [illegible], что он не сирота и родители у него «вот какие!». Маль[illegible] их и страдал в разлуке.

[illegible] он бесперспективно уговаривать их: «Полюбите ребенка» [illegible] предложить им: «Возьмите его к себе навсегда, у него [illegible] от разлуки с вами». Конечно, взяли бы, но с досадой, [illegible], с неприятием. Родителям было сказано: «У вашего [illegible] невроз оттого, что он слаб физически и его обижают; [illegible] плохо с письмом и математикой, и он потерял веру в [illegible]. Возьмите его к себе на 3—4 мес. Пусть отец энергичными [illegible] физкультурой укрепит его физически, мать поможет [illegible] отставание в учебе, ну а потом он вернется к бабушке». [illegible] взяли его к себе и усердно занимались с ним, чтобы [illegible] невроз излечить, и к бабушке вернуть побыстрее. Мальчик окреп, [illegible] его успеваемость. Однако к бабушке его не вернули. [illegible] заметили, как, занимаясь с ним, общаясь, беседуя, заботясь, [illegible] его. У них проснулось родительское чувство.

Если родителям удастся своевременно всмотреться в ребенка, задуматься, принять меры по устранению [illegible]щенного, значит, им удастся предупредить детскую нервность или трудность. Перевоспитывать в более старшем возрасте, когда нервность или трудность уже фиксированы, — то же самое, как говорили древние мудрецы, что начинать копать колодец, когда уже мучит жажда.

К микросоциальным причинам детской нервности или трудности традиционно относят неблагоприятные условия жизни ребенка. Говоря о неблагоприятных условиях жизни ребенка, следует прежде всего иметь в виду неприятие его родителями; отсутствие в семье отца, особенно когда оно остро переживается ребенком; злоупотребление отца алкоголем, как правило, сопровождающееся конфликтным поведением отца, ссорами в семье, исключением отца из процесса воспитания; хроническую конфликтную ситуацию в семье. Взрослые должны помнить, что все это отражается на ребенке. Его интересы страдают более всего, его воспитание тяжело и нередко необратимо нарушается. Ребенок переживает, он морально подавлен, невротизируется,

[illegible] замыкается в себе, ведет себя [illegible]. Его темперамент подавляется целиком, или заостряются одни его черты при подавлении других. У него формируется трудный характер.

Ребенок воспринимает свое детство, как трудное, если он по разным причинам был длительно оторван от родителей, испытывал неприятие со стороны сверстников, стал жертвой недоброжелательного отношения воспитателей, учителей. Ребенок вообще не приемлет недоброжелательности по отношению к себе. Сам он любит или испытывает неприязнь, но по-детски, без глубокой мотивации. Испытывая недоброжелательность к себе, он переживает это затравленно, со страхом, как нечто безысходное, не понимая, что творится вокруг него. Обиды детства не забываются никогда и влияют на формирование тревожной, мнительной или протестно заостренной личности. Его отвергают сверстники. Родители недооценивают это, а переживания отвергаемого драматичны и причиняют ему непоправимый ущерб. Его отвергают воспитатели или учителя, и впоследствии он не сможет вспомнить без содрогания время пребывания в яслях, детском саду, школе. Подобные переживания — частая причина детской нервности или трудности, и они должны быть вовремя замечены родителями, правильно ими оценены, а их истоки своевременно устранены. Чаще всего недоброжелательное отношение людей к ребенку вызвано ошибками в его воспитании. Что-то в нем не устраивает, раздражает сверстников или воспитателей, учителей. Это «что-то» должно быть выявлено и устранено. Один ребенок слаб, неловок, неумел, у другого — выявляется задержка в умственном развитии, третий ребенок чрезмерно конфликтен, четвертый необязателен, пятый — непомерно эгоистичен и т. д. Неправильное воспитание, игнорирование той или иной грани гармоничного развития, альтруистичности приносят горькие плоды, вызывая нарушения отношений с другими. Ситуации, в которых ребенка отвергают, преследуют или унижают, приводят к хронической психической травматизации.

Как это ни парадоксально, трудное детство и у ребенка, которого любят, если на нем фиксируются, им живут, обволакивая его вниманием, удушая чрезмерной заботливостью. Его неистово ревнуют к другим взрослым, не оставляют ни на миг наедине с самим

себя. Ребенок в подобных случаях не взрослеет [illegible] время, или, напротив, взрослеет преждевременно. Подобная любовь тяготит его. Ребенку не по силам роль «смысла жизни», «якоря» для взрослого человека. Ответственность не по возрасту за другого, замыкание на одном человеке, сужение мира общения ребенка, ситуация «сиамских близнецов», когда в роли одного из них выступает мать или бабушка, нередко ведут к неврозу.

Любя, родители зачастую становятся деспотичными. Мать отдала ребенку всю жизнь, но это был чрезвычайный контроль за ним, сверхруководство им, деспотичное подавление его «я», и в результате часто у взрослого сформировалось сложное чувство к матери: любовь и неприязнь, когда плохо врозь и невозможно быть вместе, поскольку немедленно возникает непонятное обоим раздражение. Обидно матери: «Я отдала ей всю жизнь», мучается дочь, понимая несправедливость своего отношения к матери, но ничего не может с собой поделать.

Во взаимосвязи биологических и микросоциальных причин детской нервности или трудности особое место занимает наличие психического и физического дефекта у ребенка. Задержке умственного развития как одной из разновидностей психического дефекта посвящена одна из глав книги.

Физическим дефектом является задержка в физическом развитии, отклонения в нем, генетически неблагоприятные физические данные. Ребенок физически слаб, неловок, плохо координирован, нескладен, мал ростом. Дети обижают такого ребенка, не принимают в игру. Какой из него вратарь, защитник или нападающий, если его пальцем перешибешь? Такому в игре не устоять на ногах. Воспитательница, учительница сердятся, потому что его надо буквально водить за руку. На уроках физкультуры он раздражает тем, что при групповой форме занятий требует индивидуальной опеки. Ребенок ощущает свои неблагоприятные физические данные как неполноценность. Ему стыдно, обидно и страшно. Он избегает бывать на уроках физкультуры. Необходимость раздеться при всех и предстать в смешном виде мучительна для него. Ему в радость даже болезнь, поскольку она хоть на короткое время избавляет его от насмешек сверстников, вызванных тем, что он не может, как они, прыгать,

[illegible] на перекладине. Каждому не с[illegible] может [illegible] его. В итоге ребенок и с[illegible] начинает презирать себя. Мужчины, которые в ре[illegible] [illegible], хорошо знают, что это такое, и нередко с горечью вспоминают те годы.

Если ребенок толст, неуклюж, то над ним тоже смеются, его дразнят, не принимают в игру. В конце концов и он, будучи униженным, начинает самоуничижаться. Тяжелая ситуация, зачастую приводящая к [illegible]. В подобных случаях [illegible] [illegible] [illegible] Ребенок меньше других ростом, [illegible] так силен, как они, но гибок, как уж, и его прини[illegible] [illegible] [illegible] постоянных насмешек. Но когда он большее число раз, чем другие, подтянулся на перекладине [illegible] [illegible] принимают детей сильных [illegible] [illegible] больше слабые и [illegible] толстые, полные, неуклюжие.

[illegible] ребенка не следует утешать [illegible] [illegible] непреодолимый дефект [illegible] других, выигрышных данных.

[illegible] детей и дефекты внешности: кос[illegible] [illegible] форма носа, ушей или [illegible] шея, [illegible]

[illegible]

задатки, склонности, способности и [illegible] приложить максимум усилий для их развития. И [illegible] ребенок с дефектом внешности может стать [illegible] шахматистом, музыкантом, художником [illegible] Он что-то знает глубже, лучше других, что-то [illegible] чего не умеют другие, и его за это уважают, и он горд этим.

Девочке с непривлекательной внешностью [illegible] когда начинает ее волновать, говорят о [illegible] духовной красоте и выразительности [illegible] улыбки, эмоционально живого лица. В [illegible] развить эмоциональность, ум. Не забывают [illegible] Одна только походка может придать [illegible] привлекательность. И ее учат красиво ходить [illegible] спинку, горделиво нести головку. Такую [illegible] можно раньше учат со вкусом одеваться и носить одежду, вообще следить за собой. Красота [illegible] и в здоровье. Она — в густоте и качестве волос, в [illegible] губ, в тех же здоровых зубах, в атласности и свежести кожи. Здоровье, сила, ловкость помогают человеку стать красивым и ощущать себя таковым. Так же воспринимают здоровье и другие. И все это забота родителей, воспитание, профилактика [illegible] нервности или трудности. Ведь и здорового можно воспитать так, что он постоянно будет ощущать себя больным. Унылый, имея здоровые ноги, сидит в углу, а жизнерадостный, уверенный в себе, танцует и с протезом. Если ребенка, у которого имеется физический дефект, жалеют родители, он примет роль увечного, неполноценного человека. Ободрять и главное действовать — так повелевает в этих случаях родительский [illegible]

Как физический дефект воспринимается и хроническая болезнь. Детство проходит в больницах, ребенок [illegible] прикован к постели, пропускает школу, тоскливо смотрит в окно на играющих в хоккей, футбол. Дети избегают болезненного, дразнят и не уважают его. И он начинает относиться к себе так же. Даже взрослому человеку трудно привыкнуть к роли хронически больного, для ребенка это и вовсе непереносимо. Детство и хроническая болезнь — несовместимые понятия. Хронические заболевания — частая причина детской нервности или трудности, источник тяжелых переживаний. Родители, заботясь об учебе, обучении иностранному языку или музыке, еще чему-то престиж-

[illegible], нередко упускают из виду здоровье ребе[illegible] [illegible] о его физическом развитии. В ре[illegible] [illegible] вырастает образованным, но [illegible] [illegible] физически плохо развитым нервным [illegible] [illegible]. Гармоническое развитие ребенка чрезвычайно [illegible]. Физический дефект омрачает детство, при[illegible] [illegible] его как безрадостного, ребенок и [illegible] [illegible] относится к неблагоприятным [illegible] [illegible]. Мудрые и любящие родители никогда не [illegible], чтобы их ребенок в чем-то был последним. В каждом ребенке есть некая одаренность, и, максимально развивая которую родители примирят дитя с его физическим или иным недостатком, сохранив ему чувство достоинства и радость жизни.

ПЕРИОД УПРЯМСТВА. СИТУАТИВНО ОБУСЛОВЛЕННАЯ ДЕТСКАЯ НЕРВНОСТЬ

Дети становятся нервными или трудными, переживая в определенные периоды развития возрастные кризисы, когда они особенно нуждаются в понимании родителей. Зачастую родители, не зная, что происходит с ребенком в такой период, начинают борьбу с нервностью или трудностью, тем самым как раз закрепляя или усугубляя ее. Возрастной кризис переживает, например, ребенок в 6—7 мес, испытывая повышенный страх перед незнакомыми людьми. Это нормально и свидетельствует о своевременном приходе понимания, что такое близкие люди и все остальные. И незнакомым не следует подходить к ребенку, брать его на руки, пока он к ним не привыкнет.

Годовалый малыш особенно привязан к матери, отрыв от нее в этом возрасте — тяжелое переживание для него, и начало посещения яслей в возрасте 1 года — не самое лучшее время для этого. Следует ждать окончания кризисного периода освоения ходьбы и фразовой речи, т. е. достижения более высокого уровня адаптивности. У девочек это происходит в $1^1/_2$ года, у мальчиков — в 2 года, и тогда они будут готовы к посещению дошкольного детского учреждения.

Кризис в 9—10 лет обусловлен психофизиологическими изменениями предподросткового возраста, когда вначале скрытно, в организме начинается гормональ-

перестройка и ребенок становится возбужденным, раздражительным. У ребенка будет еще кризис в 11 лет — время начала полового созревания, более подростковые годы — 13—15 лет.

Однако в дошкольном возрасте наибольшее внимание привлекает кризис периода упрямства — от $2-2^1/_2$ до $5-5^1/_2$ лет. Он также начинается у девочек раньше, у мальчиков — позже и проходит у девочек легче, а у мальчиков — труднее. В $2-2^1/_2$ года ребенок начинает выделять себя как личность из прежде единого целого — семьи — и как бы рождается второй раз, окончательно обрывается его сверхзависимость от матери. Это очень важный шаг на пути к самостоятельности, и если в положенное время такого обрыва не происходит, то при чрезмерно глубокой связи с матерью может нарушиться дальнейшее развитие ребенка. В это время дети начинают осознавать свою автономность и самоценность. Только с $2-2^1/_2$ лет без всяких сомнений, осознанно ребенок начинает применять по отношению к себе местоимение «я». Разумеется, он говорит о себе «я» уже на 2-м году жизни, но в $2^1/_2$ года начинается истинное самосознание. Ребенок приходит к пониманию, что он — это он, а мама — это мама, что ему может быть больно, а ей нет, и она может и не знать о его боли. Теперь малыш осознает, что проступок совершает он и наказан за него будет он. Начинает формироваться чувство ответственности.

Чтобы понять себя, свое место среди других, первые правила осознанных взаимоотношений, ребенок противопоставляет себя другим и, естественно, в первую очередь членам своей семьи. С утра до вечера звучит ликующее, но и гневное, если не позволяют, ограничат, требовательное: «Я сам!», «Не хочу!», «Не надо!» Он заявляет: «Я большой!», будучи крошечным. Он и ударит осознанно, а ударив, ждет, что стерпят или нет, и если стерпят, то ударит и уже сильнее. Он идет на конфликт, испытывая терпение родителей, познавая уровень допустимого.

Если в столкновениях со взрослыми всегда побеждает ребенок, начинается путь к переоценке себя. Победив родителей, он всегда будет переоценивать свои возможности, желать большего, чем может достичь, и уже в детском саду, а тем более

[illegible] потерпит крушение. «Победив» родителей, он [illegible] их из воспитания. Они для него становятся неавторитетными. С другой стороны, побежденный более сильной волей родителей, ребенок может стать удобным для них, «хорошим», прекратит свое несносное, возмутительное «я сам», «не хочу!». Послушный их воле, он безропотно следует за ними, такой опрятный и серьезный, такой пай-мальчик. Он будет с осуждением смотреть на бунтующего против воли родителей сверстника. И ребенок потеряет себя, свое достоинство, уже никогда нормально не самоутвердится. Отныне он будет всегда подчиняться чужой воле, станет несамостоятельным, робким и тревожным, пассивным. У ребенка, которому не позволили самоутвердиться в возрасте от 2—2$^1/_2$ до 5—5$^1/_2$ лет, сломлен стержень личности — темперамент, воля, его «я». До совершеннолетия над ним будут властвовать родители, потом они передадут поводок супруге, мужу. Он будет покорно следовать за каждым, и хорошо, если за достойным. Отсюда вывод: все разумные требования ребенка, попытки к самостоятельности в кризисном возрасте упрямства (от 2 до 5 лет) должны быть удовлетворены, а демонстративное своеволие пресечено.

Ребенок в этом периоде особенно эмоционален, впервые осознанно самолюбив, обидчив. Ему самому трудно, поскольку борьбу за свое, достойное место среди людей ведет несмышленыш, маленький и, в общем, беспомощный человек. Вот он и использует свое единственное оружие — плач и крик. Взрослые должны понимать его, а не он взрослых. Они же требуют понимания от малыша, не желая понимать его. С одной стороны — «ты еще мал», с другой — «веди себя хорошо, будь серьезным, ты уже большой!». Понимая ребенка, стараясь быть мудрыми, родители из множества провинностей замечают одну-две принципиальные, пресекают безоговорочно неприемлемое поведение. Если ребенка в период упрямства укоряют и наказывают за все, имеет место неприятие ребенка родителями. Его жизнь, как и жизнь всей семьи, в таком случае превращается в кошмар. Он уже не понимает, за что его наказывают. Ему ясно только одно: им постоянно недовольны, значит, он плохой. И ребенок станет нервным, падет духом или примет навязанную ему роль плохого. Если же его не задергали [illegible]

[illegible] укорами, наказаниями, он воспримет 2—3 выражения недовольства им как справедливые и [illegible] запомнит, что именно вызвало [illegible] ребенок. Это станет бесценным опытом [illegible] родителей и воспитает его ум. Таким образом, [illegible] ребенка с 2—$2^{1}/_{2}$ до 5—$5^{1}/_{2}$ лет естественна и требует [illegible] борьбы, не «таблеток от нервности», а понимания [illegible] переживаний. Тогда в 5—$5^{1}/_{2}$ лет он и сам поймет свои истинные возможности, свои права и обязанности, поймет, что позволительно, а что [illegible], и сформируется как гармоничная личность. С этого времени он осознает, что еще мал, и [illegible], доверчиво последует за отцом и матерью, вложив свои ручки в их надежные руки.

Иная проблема — нервность или трудность единственного в семье ребенка. Среди наблюдавшихся нами детей с неврозами 64,8 % были единственными в семье. Их воспитание часто противоречиво: с одной стороны, эгоцентризм, когда единственного ребенка изнеживают, с другой — тревожная мнительность, поскольку страх за него, озабоченность состоянием его здоровья в таком случае естественны, с третьей — гиперсоциальность, базирующаяся на опасениях относительно его будущего. Безмерно опекая единственного ребенка, родители в то же время понимают, что он может вырасти неподготовленным к трудностям, несамостоятельным, что он, не имея братьев и сестер, окажется в будущем менее защищенным. И они, заботясь о его будущем, уделяют большое внимание престижному умственному развитию, рано приобщая ребенка к искусству, культуре, к изучению иностранных языков, к навыкам правильного поведения в гостях, среди посторонних, тщательно готовят его к школе. Сочетание трех неправильных типов воспитания (кроме неприятия) приводило в наших наблюдениях к формированию противоречивых черт в самом ребенке: самоуверенности и неуверенности, тревожности; к повышенным амбициям и страху перед сверстниками и школой, к мнительности, к соответствию формальным требованиям, предъявляемым школой, и неумению естественно общаться со сверстниками.

Ситуация с наличием в семье единственного ребенка нередко осложняется борьбой за него — за стиль воспитания, за его привязанность. На нем концен-

[illegible] внимание близких в [illegible] чрезмерно дороги единственные [illegible] Все их внимание на нем, и они [illegible] в борьбе с родителями ребенка за [illegible] нее отношение к нему», а на самом деле [illegible] воспитательные усилия его родителей. Все [illegible]ывали, все любили, все хотели только [illegible] в результате он много знает, но мало умеет, [illegible] понимает, но несамостоятелен, растет среди [illegible]их, во взрослых людей и поэтому эгоистичен. Вот так, любя его, потакая ему, приводят его к неврозу.

Единственный ребенок испытывает психологическое давление сверхожиданий. От него молчаливо требуют умственного превосходства, бо́льших знаний и культурных навыков, чем у сверстников, и если ожидания не оправдываются, это шокирует родителей и вызывает чувство вины у ребенка. Все это особенно выражено у детей в школьном возрасте. В наших наблюдениях единственные дети отличались высоким уровнем эрудиции (с ними много беседуют, им много читают и показывают), понимания норм поведения, обладали богатым словарным запасом. Но у них чаще, чем у детей из многодетных семей, проявлялись повышенная чувствительность к неудачам и пониженная выносливость к отрицательным эмоциям. Единственные дети обычно эгоистичны, но добры. Оно и понятно — выросли в любви. И все-таки они эгоистичны. Доброта их не от сердца, не из детства, а от их благополучия.

Упоминание о единственных детях, уже заболевших неврозом, продиктовано необходимостью предотвратить невроз у других единственных в семье детей, пока еще здоровых. Единственного ребенка трудно воспитать правильно. Он не может не понимать, что он значит для родителей. Им нередко держится и скрепляется семья. Он улавливает тревогу родителей при малейшей угрозе его здоровью. Он безразлично [illegible] в центре внимания, но если ребенок стремится быть в центре внимания, он истеричен. В данном случае безраздельное внимание поневоле приводит его к истеричности. Как это ни парадоксально, так как единственного ребенка чаще наказывают, то целый каждый его проступок. Вот и получается из-за пустяка и хвалят ни за что, то наказывают. Одни наказывают, притом нервно, с криками и слезами.

[illegible] и все остальные [illegible]. И [illegible]
[illegible] Он [illegible] к [illegible] и [illegible].
Он [illegible] к [illegible], что также ведет к истеричности.

Чтобы ребенок вырос гармоничным, [illegible] среднего и младшего [illegible] иметь старшего, среднего и младшего [illegible] — извечную триаду, когда младший и средний [illegible] слушают старшего брата или сестру, учатся у [illegible], а старший и средний опекают и воспитывают [illegible]. И тем не менее единственных детей много [illegible]. Их следует воспитывать правильно. Для этого необходимо, во-первых, обязательно установить раз и навсегда, что малыш — равноправный член семьи и не более. Им не следует восторгаться, его не следует [illegible]. Хотя бы один член семьи не должен терять [illegible] от любви и тревоги за этого единственного ребенка, и именно он должен играть ведущую роль в воспитании. В такой семье уделяется больше внимания больным, пожилым, уставшим, много работающим ее членам, чем единственному ребенку, и как [illegible] должен подключиться к этим заботам. Во-вторых, единственного ребенка своевременно поощрять к играм со сверстниками. Для него такой метод воспитания просто необходим. В этом отношении сверстники ему нужны больше, чем родители. В-третьих, его своевременно определяют в детское дошкольное учреждение, даже если в семье есть бабушка, которая может ухаживать за внуком дома. Там, в детском [illegible], его исключительность как бы растворится в группе сверстников, и он хотя бы несколько часов в день [illegible] будет чувствовать себя привилегированным. Дети в детском учреждении в какой-то степени заменят [illegible] недостающих ему братьев и сестер. И, наконец, [illegible] — родители должны жить не для него, а вместе [illegible] радостями и заботами семьи. Тогда он и [illegible], что он единственный ребенок в семье.

Для нормального формирования личности ребенку [illegible] в семье отец, так же, как и мать. О великой [illegible] матери в воспитании и жизни ребенка сказано [illegible] сказано писателями, поэтами, художниками, [illegible], и эта роль очевидна. Остановимся поэтому [illegible] отца в семье.

Чтобы период детства был не только счастливым, [illegible] подготовил ребенка к жизни, он нуждается и в [illegible], и в требовательной любви. Безусловная любовь — когда любят такого, какой есть. На заре жиз-

[illegible]

...обстоятельства. Так [illegible] ...любит сына требовательно [illegible] безоговорочно, или отец любит [illegible] а мать — требовательно, то и [illegible] разом, счастливы и воспитываются [illegible] бовью.

Чтобы мальчик стал настоящим муж[illegible] ходимо с раннего детства иметь [illegible] мужской стиль поведения в лице отца. [illegible] бенок запечатлевает внешний стиль пове[illegible] тем, с 5 лет, воспринимает внутренний [illegible] его отношение к людям, событиям, [illegible] ностям и неудачам. Роль отца, мужчины в [illegible] складывалась веками. Отец — опора, защит[illegible] [illegible] судья. И если образ его не искажен в глазах ребенка его же собственным, отцовским, поведением, если мужчина не унижен женой, тещей, то [illegible] сохраняется за ним и в наши дни. Отец учит [illegible] нию выполнению своего долга перед обществом [illegible] на себя ответственность в экстремальных [illegible] циях. Отец спокоен, если все растерялись перед [illegible] опасности и угрозы. Отец прививает [illegible] женщине и милосердие к старости, бе[illegible] слабому, утверждает понятие о доброте [illegible] Отец учит руководить и подчиняться, [illegible] организованности и сознательной дисциплины. В[illegible] отца неисчислимы, и он нужен не только сы[illegible] нику, но еще больше сыну-подростку.

Девочка в полной семье чувствует себя [illegible] нее, защищеннее, и она своевременно [illegible] бенности мужского характера. Вырастая [illegible] ком случае, вернее выбирает будущего мужа и [illegible] благополучна в семейной жизни.

Отец, если надо, наказывает сына. И [illegible] это приходится делать матери, поскольку [illegible] все распределение роли отца и матери в семье [illegible] ше, любящей сына безусловной любовью, такое и [illegible]

[illegible]ественно, и непосильно. Наказывает то[illegible] требовательно. Поэтому мать наказывает [illegible] Отец уходит из семьи [illegible]

И в том и в другом случае его уход [illegible] очередь, трагедия для детей. Развод часто [illegible]ся причиной [illegible]

Он происходит не сразу. [illegible] в семье, растущее отчуждение родителей. Не[illegible] неврозы у детей возникали за 1—3 года до [illegible] родителей, и мать, подумав, соглашал[illegible] начался со времени, когда в семье только [illegible] напряжение. Развод родителей для ребен[illegible] катастрофа, предательство, унижение. Он не по[illegible] его причин, по-детски бескомпромиссен и [illegible] простить отца. Если он и примет формулу «ро[illegible] не судят» — то только когда вырастет. Ма[illegible] дети, при уходе отца из семьи, начинают [illegible] себя плохими, поскольку уверены, что отец [illegible] них, а не от мамы. Малыш не говорит: «Папа [illegible] от мамы»; он говорит: «От меня ушел папа». [illegible] непереносимо горько для ребенка. Более стар[illegible] дети стыдятся ухода отца, скрывают это от [illegible]ков, ощущают страх перед будущим, [illegible] на себе ухудшение уровня жизни после [illegible] [illegible]твенность ситуации — осуждение отца и [illegible] — невротизирует ребенка. Еще [illegible] что в уходе отца повинна мать. [illegible] бабушка по отцу нередко как раз [illegible] Он живет теперь только с матерью. [illegible]ться с ней, а он в разладе с матерью, кон[illegible]ует с ней, и беда удваивается. Плохо и взрос[illegible] взрослые люди. Ребенок многого не понима[illegible] его переживания еще тяжелее. Раз[illegible] в родителях губительно. Как ему [illegible] верить во все остальное в жизни? И [illegible]становится нервным или трудным.

[illegible] развода есть и другие последствия [illegible] острый жизненный конфликт для всех [illegible] Разведенные супруги часто не оставляют в [illegible] а стало быть, и детей. Если из семьи [illegible] ребенка ушла мать, некоторые отцы [illegible] теряют разум, используют [illegible] для неустанной борьбы с бывшими [illegible] настраивают против матери [illegible] отец стремится [illegible]

...м ребенку лучше и не знать, и не думать. Иногда, если мать отправляет сына или дочь в санаторий, с трудом раздобыв путевку, положительно настроив его или ее на лечение, отец на другой день привозит ребенка обратно, внушив ему: «Она тебя специально запрятала туда, чтобы быть свободной».

Если из семьи ушел отец, мать зачастую использует ребенка как орудие в борьбе с бывшим мужем. Нередко она, «исключительно исходя из интересов ребенка», досаждает бывшему мужу, запрещая сыну встречаться с сыном или дочерью, настраивая их против отца. В итоге больше всего страдает ребенок. Взрослые понимают правила такой игры, дети — нет. Ребенок мечется между двумя любимыми людьми, ставшими врагами.

Итак, распалась семья. Причины разводов всегда серьезны и сложны, однако, если брак был расторгнут социально полноценными людьми, последствия развода для детей должны быть максимально смягчены. Необходимо заставить себя не проецировать свои переживания на ребенка.

Вспоминается следующий случай. Трагически погибла женщина, ее шестнадцатилетний сын остался один. С момента развода с мужем, когда мальчику было всего 5 лет, мать внушала ему ненависть к отцу. Она не допускала отца к ребенку, и отец забыл сына. Отец и сын встретились, когда у осиротевшего мальчика не было другого выхода. Но встретились они, как чужие, равнодушные друг к другу люди.

Родителям не следует настраивать ребенка друг против друга, унижая при этом себя в его глазах. Обесценив образ друг друга, родители лишают ребенка и матери, и отца одновременно. Он начинает чувствовать себя сиротой вдвойне. Это недопустимо при живых родителях! Отец ушел из семьи, но пусть он останется в жизни ребенка. Не следует препятствовать встречам отца с ребенком. Напротив, необходимо поощрять такие встречи. И тогда ребенок сможет понять: отец от него не отказался. Развод — всегда трагедия для одного из родителей или для них обоих, но он не должен становиться, насколько это возможно, трагедией для ребенка.

Детская нервность нередко вызывается ревностью, иногда неистовой, ко второму ребенку — младшему братишке или сестренке. Рождение второго ребенка для

[illegible] ниэ (третьего он воспринимает уже без ревности) [illegible] должно быть своевременным и психологически [illegible] [illegible] с позиции ребенка. Лучше, если братик [illegible] сестричка появятся, когда первенцу исполнится 3 года. В этом возрасте ребенок как раз жаждет самостоятельности, считает себя уже «большим». Вот и пусть он будет «большим» и пусть заботится о малень[illegible]. Трехлетний малыш охотно проводит время с любым [illegible] семьи, меньше нуждается в матери, позволяя ей заняться новорожденным. Он еще не закоснел в эгоизме единственного ребенка и спокойно восприни[illegible] появление другого объекта любви в семье. В его мир входят все новые люди, стало быть, органично [illegible] и новорожденный. Трехлетний ребенок все больше играет с детьми, забывая о доме, о том, кто в доме, великодушно разрешая быть в нем и братику или сестренке. Он, если живет в это время интересно и полнокровно, даже по-своему рад, что братик или сестренка отвлекли от него внимание родителей.

Ребенка необходимо готовить к появлению брата или сестры. Ему многократно повторяют, что ему будет интереснее, лучше, что он станет защитником малыша, а когда тот подрастет, он начнет играть с ним. Это положительные установки. Когда новорожденный уже в доме, первенцу не докучают ежеминутным: «Молчи, не кричи, не бегай», что фактически означает — «Не [illegible], в доме маленький!» Второго ребенка нужно воспитывать как равного в правах с первым. Это важно и для первенца, чтобы он не испытывал ревности к брату, сестренке, и для второго ребенка, чтобы он не был эгоистичным и истеричным.

Причиной нервности или трудности ребенка может [illegible] появление в семье отчима. Как бы внима[illegible] ни относилась мать к отцу ребенка, малыш [illegible] к этому, воспринимает такое отношение как нормальное, не ревнует. Ребенок воюет с отцом за мать, если его уже сделали чрезмерно эгоистичным. Но и тогда причина конфликта заключена не в отце. Он, в таком случае, воюет за мать против всех и даже про[illegible] ее работы. Но отчима ребенок воспринимает кон[illegible]. До его появления ребенок жил с матерью [illegible], и она безраздельно принадлежала ему. И он [illegible] положение до появления отчима с тем, что [illegible] теперь. И если исстрадавшаяся от одиноче[illegible] женщина, выйдя замуж, становится менее вни[illegible]

нальной к ребенку, полагая, что он нику...
... а второй муж, как и первый, ...
..., вызывает борьбу с отчимом ...
..., его мать. Это тяжелая борьба, в ко...
ребенок может победить, только заболев. И...
вает неврозом, чаще истерическим. Тогда м...
вается перед трудным выбором, но ...
брать в пользу ребенка, она ... и его ...
тизация усиливается.

Положение резко обостряется с рождением от отчима желанного матерью ребенка, который ... крепить второй брак. Ребенка от отчима ... вый испытывает неистовую ревность. Теперь ... как бы два отчима, оттесняющих первого от ... Поведение матери подчеркнуто «объективно» с ребенком от первого брака. У нее и болит душа, но она, демонстрируя эту «объективность», наказывает его за малейшую провинность. С ребенком от второго брака она подчеркнуто нежна. Бабушка ... говорят ребенку от первого брака: «Теперь ты ... без вины виноватый». И ребенку начинает казаться, что он никому не нужен, забыт. Положение ... чаянное, как у взрослого, если он нежелат... в семье. Но в то же время мальчик ежедневно ... ется в мужском общении, в поддержке и одобр... в примере для формирования в себе муже... ности. Вот на эту потребность и должен опир... отчим, завоевывая привязанность ребенка. И ... все будет зависеть от ума и такта отчима.

С девочкой отчиму следует соблюдать дистан... Девочка может ревновать не мать к отчиму, а от... к матери, пытаться наладить с ним особые отно... бессознательно кокетничая с ним, требуя к себе ... внимания. Неврозом в таком случае могут заб... все трое.

В новой семье, если в ней есть ребенок от ... вого брака, отчиму следует быть сдержанным в ... ниях и требованиях относительно ребенка. Отчим ... когда не должен наказывать ребенка от первого б... Наказывают ребенка ... и только тогда, это не ... для него ... родные ему по крови. Отчим не ... поучать ... обуреваемый педагогическим пылом, ... фактом ... ребенка. Он воспитывает его самим ... своей муже... присутствия, своими поступками. ... ность. Он может позволить себе лишь выразит...

Глава 2

ЗАДЕРЖКА УМСТВЕ... И НЕРВНОСТЬ

[illegible]мечание по поводу неправильного поступка ребенка, [illegible] действует сильнее всего. Отчиму не [illegible] [illegible] [illegible] на пасынка или падчерицу, унижать [illegible]. Он [illegible] доброжелателен к ним — и этого вполне [illegible].

Если отчим ненавязчиво, тактично, постепенно [illegible] [illegible] сердце ребенка, особенно мальчика, то тогда он [illegible] стать для него вторым отцом.

Автору известен случай, когда отчим, уделяя пасынку много [illegible] проводил с ним все свободное [illegible] [illegible] отчим. Между тем мать ребен[illegible] [illegible] [illegible] мужа, но, видя отношени[illegible] [illegible] ребенка у него. У нее родилось [illegible] [illegible] забыла о сыне. Мальчик вырос у отчима. И [illegible] [illegible] человеком поделился с [illegible] «У [illegible] на свете». Слова эти относились к отчиму, заменившему [illegible] [illegible] и мать. Проводить его в армию явились роди[illegible] [illegible] Ю[illegible] сухо простился с ними, взял отчима [illegible] «Пошли, отец. Сегодня я не хочу тратить время на посторонних»

Глава 2

ЗАДЕРЖКА УМСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ И НЕРВНОСТЬ

Задержка умственного развития у ребенка — самое [illegible]ительное и обидное для родителей открытие, кото[рое] порождает у них смятение и чувство вины. Она вносит в семью нервозность, иногда — разлад и [ос]ложняет отношения как между родителями, так и [меж]ду ними и ребенком вплоть до неприятия его с [illegible]тельным высказыванием: «У нас в роду были вся[кие, но] дураков не было». Дети, желая как можно боль[ше у]низить такого ребенка, называют его, своего [све]рстника, дураком, а то и пишут на стене: «Коля [illegible]» И нет ничего обиднее этого для нашего Коли. Ребенку с задержкой умственного развития стано[вится] трудно и неуютно уже в детском саду. Все дети [иду]т направо, а он — налево. Всем почему-то смешно, [ем]у неясно — почему. Такого ребенка часто и все [обиж]ают. Он не понимает воспитательницу, она — [illegible]. Непонятное представляется ему опасным или враж[де]бным. Ребенок дезориентирован, а потому тревожен, [испы]тывает страх, депрессию. В школе он также среди [от]стающих. Учительница не скрывает своей досады, [он] ей мешает, и у нее невольно вырывается: «Бес-

…ковый!» Дети в начальных классах дружат с тем, кого хвалит учительница, и отвергают того, кем она недовольна. Они презирают его, и он также начинает презирать себя. Он замыкается в себе. Молчит там, где нужно ответить, молчит, даже если может ответить, и от этого положение его еще более усложняется. Возникает замкнутый круг. Ребенок растерян и кажется глупее, чем есть на самом деле.

Если задержка умственного развития не глубока и заключается в том, что ребенку трудно постичь сложное, абстрактное, теоретическое, а в конкретных, повседневных, практических вопросах он ориентируется, как все, то такой ребенок ощущает свою непонятливость, переживает, нервничает, и у него может возникнуть невроз. Если задержка умственного развития глубока и ребенок переоценивает свои возможности, полагая, что в его неудачах виновны другие, что к нему придираются, то он начинает протестовать, демонстративно, вызывающе не повинуется взрослым, а сверстникам доказывает свою «правоту» кулаками. Девочки в таких случаях склонны к истерическим реакциям, а их протест может выражаться в чрезмерно раннем интересе к интимным отношениям. Непрерывные санкции, проработки в конце концов допекают этих детей, особенно подростков, вызывают у них враждебное отношение к школе, приводят к трудному поведению. Они ищут понимания и самоутверждения в уличной компании, но и там умственно неразвитых детей используют для «вытаскивания каштанов из огня», они терпят неудачи, часто попадают в беду. В результате у них формируется невроз, и, как правило, истерический.

Задержка умственного развития является одной из ведущих причин детской нервности или трудности. Следовательно, своевременно начатое и правильно осуществляемое умственное воспитание будет профилактикой не только такой задержки, а стало быть, профилактикой нервности и трудности. Умственная отсталость, квалифицируемая уже как олигофрения, когда ребенок состоит на учете в психоневрологическом диспансере и готовится к обучению во вспомогательной школе, — особая проблема, требующая в каждом конкретном случае рекомендаций психиатра. В данной же главе речь пойдет о предупреждении и преодолении временной задержки умственного развития, которая, если меры не будут приняты в возможно более ранние сроки,

может стать неустранимой. Между тем такой [illegible] легче всего преодолима. Чрезвычайно важно [illegible] раньше обнаружить ее, понять, в чем именно она выражается (умственное развитие нередко проходит неравномерно, и какие-то характеристики интеллекта формируются в свои сроки, а какие-то западают), и установить ее степень.

При оценке нормативности ребенка уровень его умственного развития занимает ведущее место. Не случайно видовое наименование человека — гомо сапиенс — человек разумный. Принято полагать, что высоким интеллектом обладает каждый четвертый, средний интеллект у двух из четырех людей, нижняя граница, т. е. то, что еще можно оценивать как более или менее удовлетворительное умственное развитие, примерно у каждого шестого и неудовлетворительный уровень интеллекта — у каждого десятого человека (у 7 % людей уровень интеллекта находится между нижней границей нормы и умственной отсталостью и 3 % людей — умственно отсталые). Многие дети задерживаются в умственном развитии и нуждаются в помощи, чтобы не отставать в усвоении школьной программы.

Оценка уровня умственного развития — очень непростая и неоднозначная проблема. Его определяют медицинские психологи, врачи — невропатологи и психиатры, педагоги. Однако каждодневное, постоянное, любовно заинтересованное наблюдение родителей за развитием интеллекта сына или дочери может дать не меньше, чем, хотя и профессионально, но однократно проведенная медицинским психологом «ревизия ума». Ведь в день обследования ребенок может быть не в настроении, чувствовать себя усталым, наконец, просто не заинтересоваться заданием. От неуверенности, из лености или просто из стремления избавиться от неприятного ему «приставания» малыш не выполнит предложенного задания, не ответит на вопросы теста, заявив, что не знает или не умеет этого, хотя в действительности знает и умеет и в другой ситуации легко бы выполнил требуемое. И в результате разового обследования может появиться ошибочное заключение. Согласно требованиям, предъявляемым к пятилетнему ребенку, он должен уметь различать треугольник, круг, овал, уметь нарисовать человека с головой, туловищем, конечностями и всеми частями лица, дета-

...ежды. Если его этому не научили или [illegible] не интересует и он рисует дома [illegible] перспективы, значит ли это, что такой ребенок [illegible]? Наоборот, ребенок умеет отличить [illegible] круг и овал и натуралистически изобразить человека. Неужели это является таким бесспорным свидетельством его ума? Поэтому категоричность в столь деликатном вопросе опасна. Не следует торопиться с окончательным приговором», но необходимо сделать все возможное, чтобы помочь ребенку.

К известному невропатологу однажды пришел незнакомый молодой человек и молча положил перед ним диплом с отличием ведущего в стране технического вуза. На удивленный вопрос профессора юноша ответил: «20 лет назад Вы дали маме совет определить меня в интернат для умственно отсталых детей. Она отвергла Ваш совет и продолжала упорно заниматься [illegible]. Сегодня я принес диплом маме, она попросила меня показать его Вам».

Нередко школьные учителя недооценивали ум детей, впоследствии ставших выдающимися людьми. История науки, искусства, литературы пестрит такими примерами. Тупым прослыл в школе Д. Уатт — тот самый, который изобрел универсальный паровой двигатель. Великий французский драматург П. Корнель был в школе признан лишенным всяких дарований. «Скверный ученик», который провалил выпускной экзамен, Д. Свифт известен всему миру, но никто не помнит фамилии его экзаменаторов. Малоспособными считались в школе К. Линней, Д. Байрон, В. Скотт, Г. Гельмгольц, Т. Эдисон, И. Ньютон, А. И. Герцен, В. Г. Белинский, Н. В. Гоголь. Учителя никогда не ставили за сочинения более высокую оценку, чем удовлетворительно, А. П. Чехову. Поэтому не следует торопиться с ярлыками и оценкой ума ребенка. Более важно понимание сложности и относительности такой оценки. Всем бойкий ребенок часто представляется умнее тихого, сорванец — глупее пай-мальчика, начитанный ребенок — умнее неначитанного.

По отметкам в дневниках и по мнению учителей, особенно женщин, девочки в младших и средних классах в умственном развитии превосходят мальчиков, но впоследствии выясняется, что «бестолковые» мальчики не уступают по уму вчерашним отличницам. Следовательно, школа имеет один критерий оценки ума, а жизнь предлагает другой. К какому из них готовить, какой важнее? Естественно, жизнь [illegible]

[illegible] но к школе-то готовим детей мы [illegible]ее. [illegible]

Пока же ясно одно — в [illegible] умственное воспитание, как и [illegible] всего осуществляется в семье. [illegible] следует иметь объективные [illegible] представление о ребенке и [illegible] специалистов критерии нормативности [illegible] развития. Они и будут рассмотрены [illegible]. Несоответствие этим критериям и следует [illegible] как задержку умственного развития. [illegible] задержку, необходимо обратиться [illegible] к психиатру. Если врач подтвердит [illegible] родители в союзе с ним будут упорно [illegible] стремясь преодолеть ее. Пристальное внимание [illegible] развитию ребенка во всех случаях [illegible]но. Поэтому лучше ошибиться, заподозрив [illegible] там, где ее нет, чем не выявить ее [illegible].

[illegible] перейдем к критериям умственного развития, [illegible] характеризуют его в первые 6 лет, важнейших [illegible] интеллекта.

К 10-му дню жизни ребенок пытается поднять [illegible], лежа на животике, задерживает взгляд на [illegible] предмете или глазах матери; в 2 нед уже раз[illegible] тихие и резкие звуки.

Ребенок в возрасте 1 мес прислушивается к звукам. [illegible] мес удерживает голову, пытается сосредоточить [illegible] на предмете, повернуть голову, чтобы удер[illegible] зрения перемещающийся объект. С $1^1/_2$ мес [illegible] явно предпочитает положение на руках всем [illegible]. Это происходит потому, что так он лучше удов[illegible] генетически заложенную в нем потребность [illegible] и слышать, потому, что такое положение дает [illegible]можность лучше ориентироваться пока еще в не[illegible] пространстве. Все, что он видит, удивляет его [illegible] же — основа основ познания. С этого вре[illegible] начинается познание. Широко распахнутые гла[illegible] на всю жизнь запечатлевают не только [illegible], и плохое, не только красивое, но [illegible]бразное, и родители должны помнить об этом.

В [illegible] мес ребенок прочно удерживает головку, сосре[illegible] смотрит в лицо взрослого, видит предмет за [illegible] видит все, что находится в комнате, [illegible] звуки и ищет их источник, ко всему при[illegible]вается и прислушивается. К 4-му месяцу жизни

ших, распознает ее голос и

ва лицом. Он гулит, привлекая внимани... кликаясь с ней. Ребенок радуется ей, улыб... всплескивая ручками, быстро двигая ножк... эмоционален. За развитием эмоциональн... пристально наблюдать, так как она имеет... связь с развитием ума. Эмоциональность ... сила умственного развития в этом возрасте ... пробуждающее ум воздействие — эмоционал... мосвязь в психофизической системе ...

В первые 6 мес жизни эмоциональная ... ность и активность ребенка — ведущие критерии ... тивности его психических возможностей. Но и ... прослеживается та же закономерность: чем богаче ... живания, тем сложнее и богаче его духовная жизнь, и чем эмоциональнее пережито какое-то событие, тем глубже оно остается в памяти, формируя жизненный опыт.

В 5 мес ребенок способен в течение 10—15 ... неотрывно следить за перемещающимся предметом и ... человеком. Если раньше он смотрел на то, что при... влекло его внимание, то теперь он сам выбирает объ... на котором фиксирует внимание. Перед ним вертит... юла, а он смотрит на прыгающую в сторонке заводную игрушку. Она ему интереснее. С этого времени можно уверенно говорить о зрительной сосредоточенности (на... чало зрительной сосредоточенности отмечается уже у ... 2-месячного). Ребенок уже не просто смотрит, а рас... сматривает предмет, как бы ощупывает его взглядом. Очевидны интерес и внимание ребенка, притом со... средоточенные. Пятимесячный, проявляющий сосредо... точенное внимание и интерес к чему-то, психически полноценен.

В 5 мес малыш уже способен видеть отдаленные предметы и может смотреть и слушать долго. Поэтому в 5 мес он может самостоятельно повернуться со спинки на живот и, опираясь на ладони, вытянуть... поднять голову, чтобы видеть и слышать больше.

Но вот ему уже мало и этого. Чтобы познавать окру... жающее, он должен хватать, ощупывать, пробовать, подносить к глазам окружающие предметы.

И в $5^1/_2$ мес ребенок захватывает предмет, ощупы... вает его двумя руками, тащит в рот, пробует на вкус, рассматривает. Это уже произвольный активный

познавательный акт — важная веха его развития. Здесь намечается принципиальное: он или занимается с захваченным предметом, или отбрасывает его, чтобы тут же схватить другой и через секунду отбросить и его, не заинтересовавшись им. Второе плохо, так как свидетельствует о начале поверхностности и отвлекаемости, а следовательно, о возможной задержке умственного развития.

В 6 мес малыш свободно переворачивается с животика на спинку, чтобы отдохнуть или лучше рассмотреть захваченный предмет. Он стремится освободить ручки. Отвечая на вопрос «Где бабушка?», он ищет ее взглядом. К малышу подходит взрослый и заговаривает с ним. Сангвиник улыбается сразу, холерик и флегматик не торопятся с улыбкой, они сосредоточенно всматриваются, их лица серьезны. И, лишь оценив, кто перед ними (опасен, не опасен, приятен, не приятен), они или улыбнутся, или отвернутся, заплакав. Однако до предмета пока не дотянуться, и в 6 мес ребенок начинает ползать. Ребенок пополз, потому что созрел для этого не только физически, но и умственно. Педиатры рекомендуют побуждать ребенка ползать, поскольку при этом укрепляются мышцы спины. Это важно, но не только это является главным. Ползание, как и ходьба, расширяет возможности ребенка в ознакомлении с окружающим его миром. Он видит игрушку на расстоянии нескольких метров и преодолевает это расстояние, чтобы исследовать игрушку. Ползая, ребенок развивается физически и психически, но стимулирует его к ползанию исследовательский инстинкт.

Скорость ползания мала, и жажда познания побуждает малыша в 7 мес встать на четвереньки. Теперь он практически бегает. В 7 мес ребенок уже лепечет, повторяя слоги, что очень важно. В его речи сливаются звуки, как в свое время сольются буквы. Отвечая на вопросы «где папа?» и даже «где киса?», малыш ищет их взглядом и, если не находит, указывает пальчиком на то место, где они имеют обыкновение быть (например, на кресло). Ребенок все больше понимает требования взрослых. С ним необходимо говорить, объясняя все, что делают, что требуют от него, а не тормошить его молча, как куклу.

В 8 мес ребенок уверенно садится и сидит, наклоняется к игрушке, берет ее, перекладывает из одной

...в руках. У него свободны ... Это ... этап в развитии психики ребенка. И руки ... чтобы ребенок не хватал бессмысленно ... и не разбрасывал их, а сосредоточенно ... Родители своевременно подкладывают малышу новую игрушку. Сидя, он может до 30 раз сосредоточенно постукивать ею, рассматривать, сжимать, потянуть игрушку в рот, пробовать ее на зуб. ... сосредоточенность внимания, если ее поощрять, ... будущие успехи в школе и в жизни.

Но и это достижение не удовлетворяет 8-месячного ребенка, и долго он не усидит. Его психическое и физическое развитие требует расширения границ познаваемого. Манеж становится для него тесным. И он, с помощью ручек, встанет и пойдет боком, перебирая ручками, придерживаясь за перильца.

В 9 мес ребенок обычно знает свое имя, оборачивается на зов. С 9—11 мес во взгляде малыша проявляется пытливый интерес ко всему, что его окружает. Его глаза вопрошают, изучают, в них удивление и заинтересованность. Следует заметить этот интерес, не погасить его, ласково ответить на взгляд-вопрос и тем самым побудить, направить его вопрошающий взор еще на что-нибудь. Ребенок с задержкой развития тоже смотрит, но пассивно, вяло. Ему тем более следует рассказывать о том, что находится в поле его зрения, называть предметы, по которым безучастно скользит его взгляд. Ребенку радостно уже от того, что с ним говорят, и он что-то поймет, запомнит слово, обозначающее объект. Вопросительный взгляд ребенка, любознательность во взгляде — этап к периоду вопросов, которые будут заданы, как только он заговорит. В 10 мес по просьбе «дай» ребенок находит и дает знакомые предметы.

К 1 году ребенок использует 7—14 слов, сосредоточенно занимается одним делом до 15 мин ... тельно усваивает смысл слова «нельзя». В год ... нает ходить. Пошел не только потому, что ... ножки, а главным образом потому, что ... потребность дойти до интересующего предмета ... свободными руками. Девочки начинают ходить ... 2 мес раньше, чем мальчики, потому, что ... ски созревают раньше мальчиков. Начало ходьбы — этап не только моторного, но и психомоторного ... вития. Все это — разворачивание генетическ...

граммы, подчиненной у [illegible]
тию. Главное в ней — [illegible]
вития, когда на овла[illegible]
ниями, навыками и умениями [illegible]
нельзя упустить, не забега[illegible]
умственн[illegible] П[illegible]
к освоению умений и навыков [illegible]
же если пришло время, не осво[illegible]
уметь и знать [illegible]
ребенка следует развивать ком[illegible]
[illegible] движений и [illegible]
собствует развитию ума. Ведь [illegible]
чиками имеет хорошее психоречевое р[illegible]

Второй год жизни более всего хара[illegible]витием речи. Ребенку, еще не [illegible] для накопления словарного запаса следует [illegible] предметы, людей и животных на картинках [illegible] их. В этом возрасте ребенок использует [illegible], а в 2 года — уже 300—400 слов. В 1 [illegible] года ребенок задает вопросы «что?», «кто?», к двум годам — «что это?», «кто это?». Чтобы сказать о чем-то, ребенок должен знать не только названия предметов, [illegible] характерные признаки, должен уметь выразить [illegible]мощью слов функции предмета. И малыш осваивает существительные, местоимения, прилагательные, [illegible]чия, глаголы. К полутора годам у девочек и к [illegible] у мальчиков формируется фразовая речь. В[illegible] фразы состоят из двух-трех слов. Фразовая речь во[illegible]кает и используется прежде всего для вопросов, выражений простых потребностей, просьб, желаний, но главное для ребенка — вопросы «кто это?» и «что это?». Чем лучше развивается ребенок умственно, тем более преобладает в речи познавательная сторона, тем больше он задает вопросы и выслушивает ответы на них.

Итак, к двум годам совершается чудо — ребенок начинает говорить. Родители показывают двухгодовалому ребенку картинку, одновременно поясняя, что изображено на ней, и побуждают говорить и его. Продолжая развивать психомоторные навыки, они усаживают двухгодовалого ребенка за столик, дают ему карандаш и бумагу. Зажав карандаш в кулачке, ребенок заполняет лежащие перед ним листы клубками линий. В 2 года ребенок складывает и башенку из кубиков. В этом возрасте он сосредоточенно занимается одним делом до 45 мин.

На 3-м году жизни совершается качественный скачок в умственном развитии. Ребенок в этом возрасте набирает по 100 слов в месяц и к трем годам его словарный запас составляет уже 1500 слов. По мнению Л. С. Выготского, советского психолога, чьи труды широко признаны, если ребенок не знает названия вещи, то он как бы не видит ее. Таким образом, чем обширнее словарный запас у ребенка, тем лучше он понимает окружающее. Решающая роль в психоречевом, а значит, и в умственном развитии на данном этапе принадлежит семье. Ребенок охотнее и прочнее усваивает те слова, которые чаще и эмоциональнее произносятся в семье. Следовательно, чем богаче словарный запас родителей, тем богаче будет словарный запас ребенка и тем глубже, полнее и естественнее он начнет познавать окружающее. По словарю малыша можно судить о том, что его интересует и насколько он целеустремлен.

Задержка умственного развития нередко выражается в задержке речи. Развитие речи протекает скачкообразно. Период неприметного количественного накопления слов сменяется качественным скачком — переходом к фразовой речи. Ребенок может долго накапливать свой словарный запас, а потом за 2—3 дня перейти к фразовой речи. Дети с потенциально высоким интеллектом часто начинают говорить позднее. Они молчат до тех пор, пока им нечего сказать. Но если ребенок хочет выразить мысль и не может,— это плохо. Тогда он раздражается, нервничает, впадает в гнев или становится обидчивым, что может закрепиться как черта характера. Стараясь успокоить малыша, следует показать ему, что понимаете его, продолжая в то же время стимулировать появление фразовой речи. Заподозрив задержку речи, следует незамедлительно обратиться к ЛОР-врачу, чтобы исключить дефект слуха, и начать борьбу с задержкой, если она подтвердится. Если речь ребенка с 3 лет невнятна, многие звуки произносятся неверно, необходима консультация логопеда. Работа с логопедом приведет не только к постановке правильной речи, но и будет одновременно стимулировать умственное развитие и способствовать предупреждению нервности или трудности.

В возрасте 2—$2^1/_2$ лет ребенок уже задает ориентировочные вопросы «где?», «куда?», «откуда?», «когда?». Во второй половине третьего года он задает

вопрос вопросов — «почему?». До сих пор ребенок накапливал сведения о предметах, познавая по горизонтали и ставя вопрос «что это?». Теперь он развивается глубинно, по вертикали, и возникает вопрос «почему?». Ранее он просто знакомился с миром, теперь хочет его понять. Чем раньше ребенок задал вопрос «почему?», тем полноценнее его умственное развитие, чем позже — тем явственнее задержка. Если ребенок не задает вопрос «почему?», родители сами задают его малышу и сами отвечают на него, побуждая и его задавать упомянутый вопрос, т. е. задуматься над сутью происходящего вокруг него. До возникновения вопроса «почему?» ребенок как бы «ползал» в умственном развитии. Теперь он в умственном развитии «пошел». Со второй половины 3-го года, постигая суть явлений, он начинает спрашивать: «А как сделано?», «А что будет?», «А что внутри?».

Трехгодовалый ребенок пересказывает услышанное и рассказывает об увиденном и пережитом, особенно если взрослые помогают ему наводящими вопросами. Он использует уже сложносочиненные и даже сложноподчиненные предложения, что свидетельствует об усложнении его мышления. По мнению Л. С. Выготского, трехгодовалый ребенок должен в основном постичь родной язык, и в этом заключается чудо 3-го года жизни.

В 3 года малыш понимает, что такое один, мало и много, различает правую и левую стороны. Трехлетний ребенок уже настолько умен, что по одной характерной детали может узнавать целое: по ушам — зайца, по бивням — слона.

Со второй половины удивительного 3-го года он начинает осваивать конструктивные игры, строя с выдумкой, овладевая первыми элементами планирования. Ребенок выходит на сюжетно-ролевую игру, но пока преимущественно с предметами: вот он доктор и лечит кукол, вот шофер, а машиной ему служит перевернутый табурет. Однако постепенно он переходит и на игру со сверстниками. Трехгодовалый ребенок может сосредоточенно заниматься одним делом до 30 мин.

Ребенок в 3 года воспринимает насмешку, самолюбив, обижается, радуется, печалится, тоскует, любит, испытывает чувство доброжелательности, враждебности и зависти, способен к сочувствию. Эмоциональность врождена, но, как все врожденные ка-

[illegible] …нальное разви- [illegible] интеллектуальным, и в данном аспекте уместно говорить об эмоционально-умственном воспитании, как и об эмоционально-умственном уровне развития ребенка. Возможна задержка умственного развития у ребенка, родившегося с высокими интеллектуальными задатками, возможна и задержка эмоционального становления, и тогда трехлетний ребенок будет испытывать лишь две примитивные эмоции — удовольствие и неудовольствие — и грубо выражать их. Тонкая эмоциональность развивается неразрывно с тонким умом. Решающим условием воспитания эмоциональности ребенка является богатая эмоциональность матери. Сколько бы ни твердили ребенку о любви, она ему будет неведома, если он не испытал ее во взаимной любви с матерью. Сколько бы ни говорили ему о нежности, печали, доброжелательности и сочувствии — если это не присуще матери, жестокосердным будет и ребенок. Чем богаче внутренний мир матери, тем богаче внутренний мир ребенка. Если мать не способствовала развитию у ребенка эмоциональности, то ум у него остается холодным, односторонним, более того — ущербным. Малыш радуется, когда другим грустно, и печалится, когда другим весело. Его ум не согрет эмоциональностью, а эмоциональность не облагорожена умом. В двух строках стихотворения «Пожелания друзьям» С. Я. Маршак так сказал об этом:

«Пусть добрым будет ум у вас,
А сердце умным будет».

Не менее важно воспитание эмоциональной экспрессии. Хорошо воспитанный ребенок сдержан в выражении отрицательных эмоций. Он не подавляет их, но и не истерично расторможен. При неудовольствии он сердит, но не беснуется. Гнев его — во взгляде, он даже может топнуть ногой в сердцах, заплакать и сказать, как он обижен, но это не агрессия и не «двигательная буря». Если он недоволен, то насупливается и красноречиво молчит, а не вопит истошно и не жестикулирует неистово. Этому учат и этого требуют родители, тогда в семье растет умный, воспитанный ребенок. Если упущен в воспитании 3-й год жизни, то упущено многое.

Четвертый год базируется на успехах и уровне, достигнутых к трем годам. В воспитании ребенка нельзя

[illegible] что-то перепрыгнуть, что-то прои[illegible] «Пусть побалуется, пусть [illegible]». Трехлетний ребенок [illegible]. Четырехлетний ребенок [illegible] чего не видел сам и о чем еще не знает, если ему только рассказать об этом. [illegible] более или менее подробным [illegible]. [illegible] взрослым. Четырехлетний [illegible], стол, шкаф, диван — мебель, а кастрюля [illegible] посуда.

К 4-му году жизни ребенок задает до [illegible] вопросов в день и усваивает [illegible] информацию. Среди вопросов преобладает [illegible] «почему?». Характер ответов решает многое. [illegible] «Почему бывает гром и молния?», а ему [illegible] вероятностное: «Так всегда бывает при грозе». [illegible] ответ ему ничего не объясняет. Удовлетворяясь ничего не значащими ответами, ребенок начинает и [illegible] думать поверхностно. Потом он и вовсе перестает слушать ответы, а задав один вопрос и даже не дожидаясь ответа, тут же задает следующий. Такой ребенок умным не будет.

По характеру вопросов ребенка можно судить о его уме, направленности мышления, интересах, культуре и о многом другом. По мере взросления ребенка самым важным критерием уровня его ума становится не число вопросов, а их глубина. Бесчисленны, но не глубоки вопросы болтливого и легкомысленного человека. Истинно же умный ребенок задаст один вопрос — и взрослый человек озадачен. Авиценна со сдержанной гордостью сказал о своем школьном детстве единственное, но характеризующее его ум более всего: «И я был лучшим из задающих вопросы».

На вышеприведенный вопрос о грозе ребенку ответили поверхностно. Малыш нуждался в глубоком ответе, но взамен получил пустышку. А можно было ответить, например, так: «При грозе, сынок, туча столкнулась с тучей, сила с силой, ты слышишь и видишь эту борьбу». Образный ответ запоминается, будит мысль, рождает еще более глубокие вопросы. Знакомя ребенка с обыкновенной зажигалкой, можно показать, как высекается искра — маленькая молния. Такой показ объяснит явление, ребенок поймет его, а потом поймет и еще более сложное

С другой стороны, отец с техническим образованием, отвечая на вопрос 4-летнего сына о громе и молнии, прочтет ему целую лекцию об электричестве, прибегая к специальной терминологии. Это излишне не по возрасту ребенка и не по его уму. Если подобное будет иметь место часто, ребенок много потеряет в живости детского восприятия. Самое сложное детям следует объяснять просто и в то же время достаточно полно и образно.

Ребенок с задержкой умственного развития, как указывалось, более всего запаздывает с вопросами, особенно с ведущим в раскрытии причинно-следственных связей, глубинным «почему?». И тогда родители в нормативные сроки сами задают ему вопросы и сами на них отвечают. Он должен задать 400 вопросов — ему задают 40, чтобы обстоятельнее и понятнее ответить, дав и время на усвоение информации. Возможно, это продлится долго, но придет время, и он войдет во вкус познания, задаст вопрос «почему?» сам. Без такой стимуляции малыш может так и не выйти на «почему?», ограничившись «что?», «где?», «куда?».

Четырехлетний ребенок может заниматься одним делом 40—50 мин (40 мин — сангвиник, 50 мин — холерик и флегматик). В 4 года ребенок окончательно готов к сюжетно-ролевой игре со сверстниками. В ней он ставит цель, планирует ее достижение. И во второй половине 4-го года жизни он задает вопрос «зачем?». Нормально развивающийся ребенок расскажет, что и как он намерен сделать, в отличие от ребенка, умственное развитие которого задерживается и идет путем проб и ошибок.

Четырехлетний ребенок много занимается с игрушками. Ему дают сначала одну, но интересную игрушку. Только после полного ознакомления с ней ему выдается другая. Не поняв сути устройства игрушки, ребенок не будучи привлечен только ее внешним видом, заинтересуется ею и быстро ее оставит. Суть игрушки следует раскрыть как можно полнее и показать ее в действии, со всех сторон, вызвав интерес к ней. Игрушку заводят, запускают, включают в сюжетно-ролевую игру. Естественно, если для игры потребуется несколько игрушек, связанных с ее сюжетом, ребенок получает их одновременно.

Пятый год характеризуется новым скачком в умственном развитии. Пять лет ребенок познавал мир и

вдруг задумался о смысле событий и явлений, о смысле жизни. Куда девалась самонадеянность незнайки? Если раньше он усвоил, что это хорошо, а то плохо, принимая все на веру, то теперь перед ним встал вопрос, почему это хорошо, а то - плохо. Ребенка в 5 лет волнуют и более общие категории. Он стремится понять, что такое справедливость, верность, ложь. Он задумывается над тем, что такое жизнь и смерть. С. Я Маршак писал:

«Года четыре был я бессмертен
Года четыре был я беспечен
Ибо не знал я о будущей смерти
Ибо не знал я, что век мой не вечен»

Пятилетний ребенок не испытывает никаких затруднений в общении и игре с другими детьми. Он соревнуется с ними, спорит, доказывает свою правоту, ищет причины неудач, командует, организует и подчиняется

Если говорить о более частном, то к 5 годам ребенок должен знать не только свое имя, но и отчество, фамилию, называть свой возраст, адрес, транспорт, идущий к дому. Он обычно уже умеет пользоваться конструктором, может собрать игрушку по прилагаемой схеме. Он может нарисовать человека с такими частями тела, как голова, глаза, нос, рот, уши, туловище, руки и ноги; на руках он рисует пальцы, на ногах — стопы, на голове — волосы.

К концу 6-го года словарный запас ребенка составляют около 4 тыс. слов. Он может выразить практически все свои мысли и понимает в речи взрослого почти все нюансы. В этом возрасте умственно развитому ребенку доступен смысл простых пословиц и поговорок, он все более находчиво и быстро дополняет незаконченные предложения, видит сюжетную связь трех картинок и составляет по ним рассказ Он уже решает простые арифметические задачи, свободно, без затруднений, обобщает, вычленяет предметы Если задать шестилетнему ребенку вопрос: «В одном сарае находятся корова, овца, медведь и лошадь Кого из них следует побыстрее убрать, кто лишний?», то ребенок должен ответить: «Медведь!». Тут же вопрос: «Почему?». Ответ незамедлителен: «Он хищник, он дикий, он из леса». Шестилетний ребенок понимает поставленную перед ним задачу, свою роль во взаимодействии с другими; он знает много игр и умеет выдумывать сюжет для них. Он считает до ста, складывает и вы-

считает до десяти, запоминает и декламирует простые стихи.

Ребенок в 5 лет уверенно ориентируется в пространстве на улице, в помещении, ему известно [illegible] (желтой [illegible]) [illegible] ориентируется во времени [illegible] и будущем (был вчера и завтра [illegible] к бабушке, завтра у него день рождения). Ориентируется в отношениях между людьми [illegible] (хороший и плохой, умеет и не умеет, [illegible], понимает и не понимает), в сложных отношениях между членами семьи, и среди [illegible] и правилах детской игры и в нормах поведения. Изображая человека, он между головой и туловищем рисует шею; на человеке шляпа, одежда, обувь.

Ключевой возраст, в котором ребенок обычно уже готов к школе, — $5^1/_2$ лет. С этого возраста ему становятся доступны все виды обучения (иностранный язык, музыка по нотам, занятия в шахматном кружке и др.). Фундамент интеллекта заложен.

В большинстве случаев причинами задержки умственного развития являются неблагоприятно протекавшая беременность с хроническим или длительным кислородным голоданием плода, что приводит к задержке внутриутробного развития (ЗВУР I, II, III степени), асфиксия в родах и родовая травма, инфекционные, наследственные заболевания центральной нервной системы, соматические заболевания и интоксикации в раннем возрасте, а также погрешности воспитания. Задержка умственного развития может быть вызвана, что иногда случается, драматическим случаем, когда, особенно в раннем возрасте, малыш по какой-то причине на месяцы был лишен материнского ухода. В Доме ребенка или в больнице он надолго оказался в кроватке. Его кормили, за ним ухаживали, но с ним не общались. Он целыми днями смотрел в потолок, сосал палец, молчал или лепетал, говорил, не встречая отклика. И он деградировал, поскольку в течение какого-то периода не развивался умственно и эмоционально. Называется это состояние госпитализмом или регрессией. Достаточно всего 2 мес, проведенных в таких условиях, чтобы белый потолок палаты, комнаты, который он только и видел, как бы отпечатался белым пятном в его уме. Родители отмечают: уже понимал, говорил, уже говорил — и вдруг перестал понимать, говорить.

уже просился на горшочек — и вот вновь несчастье. Одна из матерей сказала горько, но точно: «В больницу увезли больного человека, а вернули здоровую обезьянку». Дефект в данном случае может оказаться невосполнимым. Недопустимо, чтобы происходило подобное. Однако чаще задержка выражена более мягко, поддается исправлению, хотя на преодоление ее могут быть затрачены годы. Причин задержки умственного развития много, а путь ее устранения один — неустанная, кропотливая, требующая терпения и великой любви работа с ребенком, направленная на развитие его ума.

Итак, возрастные нормативы изложены, причины задержки умственного развития указаны, основная рекомендация для ее преодоления ясна — работать с ребенком, стимулируя развитие его интеллекта, ободряя и помогая. Взрослые члены семьи, распределив время, должны заниматься с ребенком постоянно и систематически, превращая нелегкий труд в увлекательную для него игру. Давая родителям рекомендации по преодолению задержки умственного развития, автор убедился в том, что многие из них принимают за ум эрудицию, раннее освоение чтения и письма, счета, хорошую память, а не умение думать, размышлять.

Гордая мать демонстрирует автору пятилетнюю дочь. Та самозабвенно, наизусть, долго: «Да-да-да! У них ангина, скарлатина, холерина, дифтерит, аппендицит, малярия и бронхит. Мы живем на Занзибаре, в Калахари и Сахаре, на горе Фернандо По...» Спрашиваю девочку: «Что такое холерина, дифтерит, малярия? Где и что такое Занзибар, Калахари и Фернандо По?». Не знает. Для нее это — пустые слова. «Почему осенью улетают птицы?», «Чем отличается стекло от фанеры?», «За что добрая волшебница полюбила Золушку?» Молчит, не может ответить ни на один вопрос. Мать развивала механическую память дочери, но она хорошо выражена и у умственно отсталых детей. Хорошие задатки умственного развития не получили.

Еще К. Гельвеций писал: «Человек не рождается глупым и не без труда становится таковым. Нужны особое умение и метод, чтобы сделать человека глупым и уметь заглушить в нем даже природные способности...».

Издавна полагали умным умеющего думать. И Гельвеций предостерегал: «Не следует начинять голову ребенка фактами без того, чтобы учить судить о них, в этом случае ребенок обнаруживает большие

галлиты к болтовне в детстве и полное от... здравого смысла — в зрелом возрасте. Сумма знаний не самоцель, знания мертвы без умения их использовать». М. Монтень указывал, что знать наизусть вовсе не означает знать; ребенку не столько преподносят информацию о событиях, сколько учат судить о них. Судить о чем-то — значит мыслить. Русская пословица гласит: «Не нужен ученый, а нужен смышленый». Правильно воспитывая, ребенка учат рассуждать, размышляя, а не бездумно заучивать и повторять, истину не преподносят в готовом виде, а учат искать, вывод, решение не сообщают, а к ним подводят. Ребенка учат использовать свои знания на практике. Он знает о дереве, пиле, топоре, рубанке, доске и книжной полке. Пусть не только вместе с отцом сделает полочку, но и подумает о таком простом — из досок дерево уже не сложить. Он и задумается, и будет нравственным, ибо нравственность начинается не только с отношения к людям, но и с отношения к природе.

Предупредить задержку умственного развития, а равно и преодолеть ее — значит учить ребенка думать. Но как учить думать? В своих рекомендациях автор руководствуется соображениями, выверенными многолетней врачебной практикой. Начинать надо с воспитания способности к ориентации. Природа наделила человека разумом для адаптации — приспособления к условиям изменчивой внешней среды. Разум чрезвычайно увеличил адаптивные возможности человека. И адаптация, на наш взгляд, обеспечивается прежде всего способностью к ориентации, особенно в экстремальных ситуациях. При этом, естественно, имеется в виду не только ориентация в пространстве, но, еще более, ориентация как осведомленность, умение разобраться в сложных проблемах, в окружающей обстановке, в людях, определить направление своей деятельности, линию поведения в зависимости от обстоятельств. Ориентация обеспечивается пониманием и обеспечивает понимание. Ориентацию развивают как способность сначала видеть, наблюдать, а потом понимать.

Согласно определению В. И. Даля: «Понимать, уразуметь, постигать умом, познавать, разуметь, уразумевать, обнять смыслом, разумом: находить, в чем смысл, толк, видеть причину и последствия». И там же, как бы

то специально [illegible]
чих „смышленый [illegible]
собный». В этом [illegible]
же народное: «Чего не [illegible]
тоже как будто специа[illegible] на
о воспитании, когда, не научив думат[illegible]
вниманию, пытаются в чем-то убедит[illegible]
но даже подростка. В. И. Даль у[illegible] резуль-
таты таких бесполезных и бесплодных усилий — они не верят.

Ориентация и понимание, познание, таким обра-
зом оказываются тесно связан[illegible]. Чтобы [illegible]ть ребенка понятливым, смышленым или ликвидировать уже имеющуюся задержку умственно[illegible] р[illegible] сле-дует ориентировать его во всем многообр[illegible], начиная с самого простого.

Наблюдая за развитием ребенка с момен[illegible] его рождения, заметим: он поднимается на локотки в 1 ½ мес, чтобы больше увидеть, выделяет в 3 мес из всех окружающих мать, а затем и других вокруг себя, чтобы знать, кто есть кто, в 5 ½ мес захватывает игрушку, чтобы рассмотреть, ощупать, т. е. изучить ее, и всё это для того, чтобы ориентироваться в окружающем мире. Воспитание сосредоточенности внимания, поощрение удивления перед окружающим, а потом, по мере взросления ребенка — углубление его интереса к окружающему — это воспитание способности к ориентации. Это воспитание основ любознательности и наблюдательности, без которых невозможны познание, обучение, т. е. более сложная ориентация.

Чтобы быть готовым в 7 лет работать 45 мин на уроке, ребенок в 6 лет должен уметь заниматься одним делом в течение 60—90 мин. И тогда он будет подготовлен к школе. Он не будет уставать, отвлекаясь, нервировать учительницу, не станет нервным и трудным ребенком, что всегда грозит отвлекаемым детям. У ребенка, перенесшего травму в родах, как раз более всего нарушены внимание, способность к сосредоточенности как основе любознательности. При повреждении лобно-теменных отделов коры головного мозга, его высших, а потому и самых хрупких, наиболее уязвимых структур прежде всего страдает внимание, и родители должны знать, как должно идти развитие в норме, чтобы, настойчиво побуждая, тренируя внимание, в самые ранние сроки (до 3 лет) восстановить нарушен-

ное. Они способствуют тому, чтобы психическое развитие шло по предназначенному пути, в предназначенные сроки, добиваясь соответствующего для [illegible] и понимания.

Ребенок, естественно, отвлекается, на то он и ребенок. [illegible] увидеть, [illegible]. Замечено, что трехлетний ребенок за 10 мин отвлекается в среднем 4 раза, но четырехлетний уже 2, а ребенок в 6 лет — не более 1 раза. К этому ведут здорового ребенка, но еще более упорно — детей, которые задерживаются в умственном развитии и отвлекаются. Чем бы ни занимались с ребенком, обучая его, родители стимулируют его интерес, любознательность, сосредоточенность внимания. Тогда придут и наблюдательность, ориентированность, понимание и понятливость. Удивление, интерес захватывают ребенка настолько, что у него задерживается дыхание. Во Франции называют человека, несостоятельного в деле, которое требует внимания и сосредоточенности, неспособным к удлинению дыхания. У ребенка с задержкой развития следует стремиться выработать такое дыхание. Конечно, все это дается трудно, требует терпения, усилий и времени. Задерживающегося в умственном развитии ребенка «учить, что по лесу с бороной ездить». Но другого способа преодолеть задержку умственного развития нет.

В $5^1/_2$ лет — серьезнейший возрастной этап, с которого следует начинать систематическое и планомерное обучение,— у ребенка уже должно быть сформировано произвольное внимание. Ему неинтересно, но ему внушают «надо». И он усердно выполняет то, что надо сделать вопреки своему нежеланию. Без этого ему нечего делать в школе. Если в $5^1/_2$ лет не сформировано произвольное внимание, то задержка умственного развития преодолима с трудом. Устойчивое произвольное внимание — это основа обучаемости, любознательности, усидчивости, трудолюбия. Воспитывается все это вместе, комплексно.

Отчетливо запомним как важнейшую в данной главе рекомендацию: не следует отвлекать ребенка, когда он сосредоточенно занят игрой, делом, когда ему читают или рассказывают. Здесь нет и не может быть никаких исключений. Все остальное в это время (еда, сон, гости, разговоры) имеет второстепенное значение. Играя, занимаясь с ребенком, нельзя отвлекаться и

тому, кто занимается
влекаясь, родители
задержавшегося в умствен
вычайно важно. И если мать
бенком, а бабушка отвлекает вон
наносится непоправимый урон

За воспитанием внимания
проблема полноценного умственного
тельный ребенок, как правило, обяза организо-
ван, сдержан, способен к самоконтролю
У невнимательного же зачастую
эти качества. Но они составляют характер за спо-
собностью к сосредоточенному вниманию
сматривается характер. Черты характера
привычки, которые стали второй натурой. Поэтому вни-
мание формируют и закрепляют как привычку, как
важнейшую черту характера. Такое вырабатывается с
колыбели. Уже с игрушкой, в манеже ребенок внима-
телен или нет, уже в первых контактах со взрослыми
он или отвлекаем, или сосредоточен.

Сосредоточенность внимания берегут и лелеют, а не-
внимательность и отвлекаемость пресекают, как самую
плохую из привычек. Родители изучают с ребенком
игрушку и помнят, что внимание к ней столь же важ-
но, как познание ее. Родители учат его, играют с ним,
показывают и рассматривают, заботятся о внимании так
же, как и о понимании. Например, он рисует, и это
важно, как элемент творчества и подготовка к письму,
но не менее важно, отвлекается он, рисуя, или нет.
Ему указывают, выговаривают, настойчиво прививают
внимание как привычку.

Ребенок, начав лепетать в 7 мес, с полутораго-
довалого возраста стремительно овладевает речью. Чем
больше запас слов у ребенка, тем богаче его речь, тем
больше возможностей выразить мысль. В повседневном
обиходе семьи используется от 3 до 5 тыс. слов из
250 тыс. слов русского языка. И.-В. Гете, А. С. Пушкин,
В. Шекспир использовали в своих произведениях от 17
до 20 тыс. слов. Родители помогают ребенку, который
знает к концу 6-го года жизни примерно 4 тыс. слов, в
накоплении словарного запаса, непременно объясняя
значение каждого нового слова и рассказывая все о по-
нятии, которое им выражено. Вот ребенку впервые
встретилось, например, слово «бизон». И ему рассказы-
вают как можно более полно, увлекательно и эмоцио-

[illegible] все, что известно о бизоне. [illegible] рассказу слово оживает, лучше запоминается [illegible] предложения. [illegible] встречая [illegible] Малыш продолжает [illegible] рождение сказки или рассказа. [illegible] быстро ориентироваться в мире слов, правильно ими пользоваться, развивает речь, воображение, т. е. развивает ум и помогает преодолевать задержку психического развития.

Бо́льшую часть речи ребенка независимо от того, с детьми или со взрослыми он общается, составляют вопросы. Все они свидетельствуют о стремлении ориентироваться, понять и познать окружающее. Отвечая на вопросы и, в свою очередь, задавая их, требуя толкового ответа, добиваясь понимания обсуждаемого, родители лучше всего развивают умственные способности ребенка. Характер вопросов ребенка указывает, в какой именно ориентации он нуждается. Отвечая на вопросы «кто это?» и «что это?», заданные ребенком $1^1/_2$ лет, родители в соответствии с достигнутым им уровнем развития осуществляют первое и элементарное знакомство его с людьми и предметами. Эти вопросы будут повторяться, усложняясь по мере углубления познания и уровня ориентации, всю жизнь. Но начало именно здесь. Отвечая на вопросы «где?», «куда?», «откуда?», задавать которые ребенок начинает с двухлетнего возраста, его ориентируют в пространстве, раздвигая границы познания и ориентации. Отвечая на главный вопрос «почему?», заданный трехлетним ребенком, удовлетворяют возникшую у него потребность постижения сути явлений, причинно-следственных связей, расширяют уровень его ориентированности, учат думать. И только ребенок, которого учат думать, на 5-м году жизни задает завершающий первичную ориентацию вопрос предвидения «зачем?» и «что будет?» и вопросы целеобразования «для чего?», от которых остается один шаг до вопроса о цели и смысле жизни. Таков естественный путь ориентации и познания, и по нему ведут ребенка последовательно. Родители должны знать сроки и последовательность появления вопросов, чтобы своевременно выявить задержку умственного развития и побуждать интерес к ним, особенно ответами. Чем глубже, ярче, образнее ответы, тем глубже понимание. Задавая вопрос «почему?», тем глубже понимание

просы, в ребенке пестуют любознат[illegible] наблюдательности. Генетическ[illegible] как потенция наблюдательност[illegible] ном развитии. И. В. Гете писал: «Что [illegible] То, что тебе кажется самым [illegible] то, что лежит перед глазами». И ребенка, особенно с задержкой умственного развития, учат не только смотреть, но и видеть, не только слушать, но и слышать. Уши, глаза отца и матери должны стать его ушами и глазами. Ребенок с задержкой только тогда научится слышать и видеть нужное, когда делает это вместе с родителями. Ребенок видит кузнечика только тогда, когда он прыгает, родители должны показать его затаившегося и обратить внимание на то, как он прыгает.

Жизнь непрестанно предоставляет возможность для стимуляции наблюдательности у ребенка. Прежде всего это жизнь природы. Цветок, листок, стрекоза, птица, ежик, рыбка в ручье. Это и деталь здания, решетки, фонаря. Это люди — усталые, веселые, молодые, пожилые, ведущие себя странно или неправильно. Это поучительные случаи и события. Вот и обратите внимание ребенка на все это, побудите его к пониманию причин того или иного явления, события, состояния человека. Прицельны вопросы во время прогулки, после просмотра телефильма: «Ты видишь, что и куда несут муравьи?», «Почему в этой сказке звери и птицы помогают одной девочке и не помогают другой?» Прививается вкус к наблюдению и наблюдательности. За тонко подмеченное хвалят. И так, пока дети не начнут приятно удивлять бо́льшей наблюдательностью, чем у самих родителей. Опытный экскурсовод, указывая, на что именно следует обратить внимание и почему, выступает в роли мудрого учителя, который воспитывает наблюдательность, учит видению. Родители для своего ребенка в этом отношении бессменные экскурсоводы, только шире площадка — вся жизнь — и выше ответственность.

Ориентация в людях приоритетна, и она необходима каждому. Более всего людьми совершается ошибок, особенно в подростковом и юношеском возрасте из-за того, что, как позднее сетуют, «не за тем пошли», «не того выбрали», «не того послушали», «не тому поверили». Ориентируя в людях, одновременно ориентируют в том, что достойно и недостойно, справедливо

и несправедливо, истинно и ложно. Эти понятия из отвлеченных становятся живыми, так как они оказываются связанными с конкретными людьми. Уже с 3 лет детей необходимо ориентировать в состоянии другого человека, помогать увидеть его недомогание, усталость, плохое настроение. Человек пишет книгу и увлеченно рассказывает об этом своему знакомому, только что похоронившему мать или потерпевшему неудачу в попытке написать книгу. Знакомый не слышит его или слушает неприязненно. Умен ли этот увлеченный человек? Нет. Он разбирается в том, что пишет, но не понимает состояния другого человека. Его ум односторонен. Этот человек ориентирован только в одном – в профессии.

Ребенок сам определяет, что его интересует. Однако родители направляют его, формируют интересы. Один вырастает в четырех стенах скучной комнаты, другой среди природы, среди людей, в среде, где органично приобщается к музыке, искусству, миру знаний. У одного ребенка игрушки — только случайный набор кукол или машин, у другого они разнообразны и подобраны родителями продуманно. Один окружен только книжками, второй с утра до вечера не сводит глаз с экрана телевизора. Что окружает ребенка, к тому он и проявляет интерес, о том и спрашивает, в том и ориентируется. И родители показывают ему мир и жизнь во всем их многообразии. А уже от многообразного ребенок придет к чему-то, особенно интересующему его, сделает выбор, но сделает его, опираясь на полноценное общее развитие. Малыш обычно рано выказывает повышенный интерес к чему-то. В этом проявляется его склонность. Если она положительна, ее формированию уделяют особое внимание, но только в общем потоке развития.

Ребенка ориентируют также и в том будничном, что необходимо каждому, в требованиях, предъявляемых детским садом и школой.

Особое внимание уделяется ориентации в информации. Информация отбирается до определенного времени родителями за ребенка. Получая истинно ценное, интересное, существенное, ребенок в итоге и сам научится отбирать лучшее.

Итак, ориентируя, родители учат думать, понимать, приводят к познанию. Они передают детям свой жизненный опыт и опыт предшествующих поколений. Родители предостерегают детей от своих ошибок и заблуж-

дений, передают им свои познания. Ориентируя, они направляют психическое развитие ребенка.

От направленности ориентации зависит, какой личностью станет ребенок, зависит, в частности, и уровень его ума. В конце концов, по-своему ориентируются и делец и интриган, мошенник и приспособленец. Об истинной ориентации, а стало быть, об истинном уме можно говорить только в том случае, если родители воспитали гармонически развитого, широко осведомленного и умеющего использовать знания, способного к верным и глубоким умозаключениям и к самостоятельному решению жизненных задач, творческого, здорового, социально полноценного, полезного члена общества.

Итак, основной метод ориентации от ее начальных до более сложных форм, основной способ познания — ответы на вопросы ребенка и постановка развивающих вопросов перед ним. При поисках ответа на вопросы родители размышляют вместе с ним. Аристотель развивал ум своих учеников в беседах с ними. И это была их школа. В беседе со взрослым ребенок научится думать. Беседуя с ребенком, ориентируют его в себе самом, в людях, в природе, в жизни, в главном и второстепенном, в причинах и следствиях, в прошлом, настоящем и будущем, давая пищу его уму для самостоятельных размышлений. И с 4—5 лет с ребенком необходимо беседовать серьезно, глубоко. Беседуя с ребенком, родители как бы размышляют вслух. Как размышляют они, так будет размышлять и малыш.

Особенно благоприятны условия для развития ума ребенка и для преодоления задержки умственного развития в возрасте от 3 до 5 лет, в период «открытого» мышления, когда малыш мыслит вслух, сам задает себе вопросы и сам же отвечает на них. Слушая, как он размышляет, разговаривая сам с собой, родители получают уникальную возможность следить за развитием его ума, знать, о чем он мыслит, и, вступая в «разговор», могут формировать и углублять мышление ребенка. С 5 лет «открытое» мышление исчезает, ребенок думает «про себя». Однако и после того, как ему исполнится $5-5^1/_2$ лет, родители в беседах с ребенком побуждают его мыслить вслух, оговаривая в игре с ним, например, в шахматы, свои действия, мотивы, цели, планы.

Больше всего вопросов возникает в игре. Игра для

ребенка — сама жизнь. В ней он познает себя, других людей. Она учит, лечит, готовит к детскому [illegible]. В ней все постигается легко, [illegible] и [illegible], естественно. Молодые отцы, играя с детьми, нередко могут так увлечься, что вызывают улыбку у жены. Но лишь собственная увлеченность родителей и воспитателей — единственный путь к тому, чтобы увлечь ребенка, особенно ребенка отвлекаемого и тем более — ребенка с задержкой умственного развития. Следует поощрять игры со сверстниками, так как психофизические возможности ребенка проявляются и развиваются более всего в игре с равными. В дошкольном возрасте игры, если речь идет не о бессмысленном времяпрепровождении, а об игре истинной, важнее обучения. Дети, умственным воспитанием которых никто специально не занимался, но которые играли со сверстниками во дворах больших домов или за околицей деревни, не уступали в учебе и достижениях тем детям, которые с раннего возраста воспитывались в дошкольных учреждениях.

Игра требует от ребенка всего, что ему понадобится потом во взрослой жизни — от сосредоточенного внимания до ориентации в сложном, понимания, предвидения. В игре он ставит цель, планирует, как идти к ней, и достигает ее. Без игры, в частности сюжетно-ролевой, он не сможет естественно войти в жизнь. Ребенок, который в детстве не играл со сверстниками, может стать доктором наук, но обычные жизненные проблемы он будет решать мучительно сложно. Все окажется осложненным и в его отношениях с людьми, поскольку способность к этому не сформировалась органически, сама собой в детских играх. Дети видят только то, что перед ними, и за деревьями не замечают леса. Увидеть целое, суть, не лежащую на поверхности, мысленно представить себе, что сокрыто за горизонтом или в домике лесника, им помогают взрослые. В игре они вначале видят игрока, который отнимает мяч, а потом приходит ви́дение всей команды, своей и чужой, в игровом взаимодействии.

Когда рассматривается вопрос о правильном умственном воспитании, возникает важная медико-педагогическая проблема. Нередко полагают, что развитие детей в XX веке необходимо ускорить, это — тенденция века. Восторженно пишут о вундеркиндах, находках для журналиста, смущая родителей «обыкно-

...ненных» детей. Как прави[illegible] ...ненных» детей ничего выз[illegible] В [illegible] [illegible] держивала [illegible] правила [illegible] опасной [illegible] обучения чтению, письму, [illegible] языку, шахматам [illegible] дисплее, игре со сложными [illegible] схемами. При этом происходит р[illegible] стимуляция развития левого по[illegible] мозга в ущерб правому, — образному. [illegible] до 6 лет должно доминировать именно образное мыш[illegible]ние. Буквы, цифры, ноты, схемы вытесняют образы, подавляют образное мышление, не оставляют места для живой и спонтанной детской игры. Детскую [illegible] средственность, интерес к живой природе подменяют абстрактным, отвлеченным, что ведет к «шизоид[illegible] интоксикации». Гасится и искажается эмоциональность.

До $5^1/_2$ лет ребенок должен накопить эмоциональный опыт отношений, ориентироваться не в знаках алфавита, числах или схемах, а в себе, людях, в реальной жизни и в природе. Он должен адаптироваться и ориентироваться в естественном, а не в искусственном мире, рисовать лес, а не корабли инопланетян. Если еще лет 20—30 назад для ребенка палка могла стать лошадью, ружьем, копьем и он возводил дома и крепости из песка, то в настоящее время он получает все это в готовой игрушке. В итоге страдает развитие воображения, из жизни ребенка вытесняется его собственное творчество. Научившись читать раньше, чем думать, получая готовую информацию из книг вместо того, чтобы видеть и наблюдать в природе и в жизни, не будучи готовым к истинному сопереживанию, ребенок начинает интересоваться сюжетом, действием, прагматизируется и в итоге воспринимает жизнь как потребитель. Так начинается формализованность мышления. Так получают профессию, не став в свое время личностью. Чего стоит врач, педагог, организатор, инженер, если у него своевременно не получили должного развития эмоциональность и творческое начало? И если ребенок спрашивает: «Мама, весна — это утро года?» — это хороший вопрос. Он мыслит образами, свежо и нестандартно. «Папа, каков принцип реактивной тяги в самолете?» Для дошкольника такой вопрос — «больной» и

...лжен встревожить родителей. И [illegible]
...оцент», не умный, а заумный, не [illegible] ребенок и не взрослый.

Нет умственного воспитания, а тем более преодоления задержки умственного развития, без воспитания трудолюбия. Тяжки усилия родителей по преодолению задержки. Это годы кропотливого, изматывающего труда, притом после работы. Трудиться в таком случае должен и ребенок, и трудиться много. Если задержку все же не удается преодолеть, то от затраченных усилий останется единственное, но как раз наиболее необходимое такому ребенку — трудолюбие.

Родители никогда не делают за ребенка то, что он может сделать сам. Они никогда не позволяют бросить незавершенное. Завершение начатого дела — необходимое условие воспитания любого ребенка, тем более такого, у которого имеется задержка умственного развития. Говорили же древние римляне: «Не пытайся или оканчивай». Для малыша завершение начатого дела затруднительно. Не всегда способен он и реализовать задуманное. Родители помогают ему, ободряют. Устал, потерял интерес — пусть отдохнет, но затем вновь вернется к начатому делу. Как только он оказывается способным сделать что-либо полезное и у него возникает потребность в этом, пусть делает. Не гасите в нем желание трудиться, но сразу, решительно отделите баловство и труд. И если он хочет подмести пол, пусть подметет, но подметет чисто, не превращая труд в баловство. Весной на даче он посеял морковку, летом ухаживал за грядкой — пропалывал, поливал, а осенью собрал урожай, съел выращенное им самим. Теперь он прочно усвоил: чтобы съесть морковку, надо немало потрудиться. Так закладывается уважение к труду, сначала собственному, а потом и к труду любого человека.

Истинно умный человек трудолюбив. Умный лентяй — нонсенс. Это кажущийся ум, это имитация чего-то под золото. Для ленивого человека неизбежны верхоглядство, резонерство, истерическая претензия на ум. Точно так же нет трудолюбивых и в то же время отвлекаемых людей, любознательных, как и наблюдательных, лентяев. Эти качества несовместимы. Любознательность и наблюдательность вытекают из трудолюбия и терпения. Без воспитания трудолюбия не выработать сосредоточенности внимания, не преодолеть

задержки умственного развития и не предупредить ее.

Ум сына в первую очередь должен развивать отец, потому что биосоциально мужчина и женщина умны по-разному. Женщина, ценя в мужчине дерзость, нестандартность мышления, суждений, из страха перед суровой мужской судьбой, будучи матерью, склонна воспитывать в сыне как раз стандартность ума, тенденцию интеллектуальной стандартизации — думать как все (конформность), чтобы думал правильно, чтобы «не заносило» и, главное, чтобы отлично учился. Однако и умственное развитие дочери — забота отца. Мать, бабушка в силу женской любви к ребенку склонны восхищаться словами и действиями ребенка как незаурядными, хотя они обычны, не замечают задержки умственного развития, хотя она и очевидна. Для них нередко хорошая память — ум, болтливость ребенка — общительность и любознательность, боязливость — скромность, демонстративность поведения — артистичность, эгоизм — детскость, бесцеремонность — непосредственность. Для них сама ориентация — это хитрость ребенка, знающего, что у бабушки и мамы можно выпросить все, а у отца — нет. Мать стремится, объясняя что-то даже подростку, думать за него.

Отец, как правило, более объективен. Если он внимателен, то раньше матери заметит, что ребенок не умеет думать, что у него нет своего мнения, что он не сообразителен в игре, в конструировании, плохо ориентируется в деле. Отец учит находить причину происходящего явления, не горячиться, а обдумывать и планировать, идти к цели без излишних слов. Отец не потакает баловству, не портит маленького человека жалостью. Он учит мыслить более широко.

Отец мыслит более логично, он более склонен к теоретическому мышлению и потому успешнее подводит ребенка к выводам и умозаключениям, вскрывая по-мужски, без излишних эмоций, причины неудач. Он учит самостоятельности, в том числе и в мышлении. Именно отец говорит: «Людей слушай, да сам думай!» Отец зря не похвалит, а надо — скажет правду: «Плохо, не умно!»,— и объяснит, почему.

Женщина с ее врожденной интуицией, способностью сопереживать, с женской эмоциональностью в первую очередь воспитывает в ребенке нравственно-этические и эстетические начала.

Уход отца из семьи, от детей, разрушает многое и

[illegible] умственное воспитание. Для ребен[illegible] [illegible] умственного развития уход отца — [illegible] [illegible] ребенок замыкается [illegible], отр[illegible] [illegible] «Не умел отец, [illegible] не научим [illegible]

Подвигая задерживающееся по пути умственное развитие, не следует торопиться. Ж. Ж. Руссо считал: «Часто не торопятся добиться, того добиваются более верно, наверняка и очень быстро». У каждого ребенка свой срок и свой час постижения. Что к одному приходит в 4 года, у другого может наступить в 5 лет. Главное — подготовить ребенка к школе. Вот и надо терпеливо, неустанно, одолевая ступеньку за ступенькой, идти к этому урочному часу. В семье тугодум Петя и бойкая Катя. Ему 5 лет, ей — 4 года. Она уже читать начинает, а Петя еще «совсем дурачок». Если каждого вести своим путем, Петя, возможно, будет много глубже Кати — они ведь такие разные. И жизнь у них будет разная. Вот и надо вести их к уму, но к уму живому, истинному, к жизни по-разному.

Если ребенок отстает в умственном развитии, не стоит торопиться с переводом его в следующую возрастную группу яслей или детского сада. Не стоит и задерживать его в младшей по возрасту группе, если он созрел для такого перехода. Если он не посещает дошкольное учреждение и игра на равных пока получается у него только с младшими детьми, пусть играет с ними, так как среди сверстников он быстро ощутит свою несостоятельность, его станут обижать и отвергать. Его упорно готовят к игре с равными по возрасту, ибо время не ждет, и он встречается со сверстниками, когда ощутит себя уже более или менее своим среди своих. По этим же причинам не следует торопиться и со школой. Задержка умственного развития — прямое показание для того, чтобы отложить на год поступление в школу. В противном случае такой ребенок закономерно обречен на унижения, нервность или трудность. Но и терять этот невольно пропущенный год нельзя. Дети с задержкой умственного развития до тех пор, пока она не будет преодолена, не знают летней беззаботности. Месяц отдыха в июле, а в июле и августе — по «пять уроков в день», с утра или вечером. Когда они учатся в школе, каникулы в течение учебного года используются для того, чтобы догнать класс и усвоить учебную программу. Поучился

повторил, понял — можно и поиграть с детьми. [illegible] ребенок и их режим учебы не наладят [illegible] и терять 1—2 нед после каникул, втягиваясь в интенсивный ритм), и не забудет пройденного, и наверстает упущенное. Большой радостью для него будет, когда он сможет, прибежав из школы, сообщить: «Мама, никто не знал, а я поднял руку!» И дело не в отметке, даже не в знаниях, а в том, что он скажет это с гордостью. Одноклассница Маша попросит его помочь ей решить задачу, пойдет рядом с ним после уроков, учительница впервые улыбнется ему, и он, Коля, наконец, улыбнется. И родители — тоже...

При задержке умственного развития применяют стимулирующие, укрепляющие нервную систему, улучшающие кровоснабжение головного мозга препараты. Автор предлагает ряд средств, которые, посоветовавшись с участковым врачом, чтобы исключить редкие противопоказания к их применению, можно использовать в домашних условиях.

Крапива двудомная — одну десертную ложку листьев крапивы заливают одним стаканом кипятка и кипятят на медленном огне 5 мин в эмалированной посуде, плотно прикрытой крышкой. Отвар процеживают и принимают по $^1/_3$ стакана 3 раза в день до еды в течение $1^1/_2$ мес. Курс лечения можно повторить через 6 мес. Назначается детям с 3 лет.

Экстракт элеутерококка — применяют внутрь из расчета по 1 капле на год жизни ребенка (можно по 2 капли на год жизни), после ночного и дневного сна (после школы) в течение 1 мес. Курс лечения можно повторить через год. Назначается с полутора лет.

Апилак (маточкино молочко пчел) — по одной таблетке под язык (или в виде свечи в задний проход), утром и днем в течение 12—24 дней. Курс лечения можно повторить через год. Назначается педиатром в свечах с первых месяцев жизни. В таблетках — назначают детям с $1^1/_2$—2 лет, если у них нет аллергических реакций на мед.

Липоцеребрин (0,15 г), *церебро-лецитин* (0,05 г) — назначают по 1 таблетке утром и днем в течение 1 месяца. Курс лечения можно повторить через 4—6 мес. Назначается с 2—3 лет. *Кальция пантотенат* (0,1 г) — по 1 таблетке вечером за 30 мин до еды. Курс лечения — 30 дней. Повторить курс через 6 мес. Назначается с 3 лет.

Слегка поджаренный желток одно[illegible] [illegible] через день. Курс — 3 мес[illegible]

Лимон (по 2 дольки) в день, можно с сахарной пудрой. Курс — 4 мес.

Смесь из *тертой моркови, меда* и *чеснока* [illegible] ловая ложка тертой моркови, половина зубчика чеснока (средней величины) и одна чайная ложка меда 1 раз в день. Курс — 1 мес. Повторить курс через 4 [illegible] не[illegible]

Массаж спины (участок между лопатками), мягко подушечками II, III, IV пальцев кисти, по часовой стрелке, в течение 10—15 мин. Курс — 2 нед. Повторить курс лечения через 6 мес.

Ножные горячие (42 °С) ванны с одной чайной ложкой сухой горчицы (при переносимости) длительностью до 15 мин, через день, всего 14 процедур. Ножки, стопы и нижнюю треть голени опускают в теплую воду. В конце процедуры массируют кончики пальцев (подушечки) в течение 1 мин (сразу на обеих ступнях, двумя руками), после чего в течение 1 мин делают ладонями массаж нижней трети голени внутренней поверхности обеих ног снизу вверх, энергично, до ощущения тепла. Затем ополаскивают ноги чистой водой, вытирают их и надевают на 30 мин носки из хлопка или шерсти (без синтетики).

Прием витаминов группы В (особенно B_6) в возрастных дозах. Обычная продолжительность курса — 2 нед. Курс повторить 3 раза в год. При приеме с целью стимуляции время года не имеет значения.

Лесная земляника и черника, в период их созревания, по одному стакану (250,0) в день и по одной чайной ложке очищенных кедровых орехов 1 раз в день, курс — 1 мес (проводить дважды в год). В зимний сезон используется лист лесной земляники и черники. В диете необходимо использовать бобовые, цветную капусту и печень, как источники фолиевой кислоты.

Глава 3

ПСИХИЧЕСКИЙ ИНФАНТИЛИЗМ

Психический инфантилизм — такая психофизическая незрелость ребенка, которая приводит при неправильном воспитании к задержке возрастной социализа-

ция и поведение ребенка при которой н[illegible]
возрастным требованиям к нему. Пре[illegible]
ческому инфантилизму создаются [illegible] конституционально-генетическими, эндокринно-гормональными факторами, гипоксией или инфекционно-токсическими вредностями в период беременности, асфиксией в родах, тяжелыми инфекционными болезнями в первые месяцы жизни. Его развитию способствует эгоцентрическое или тревожно-мнительное воспитание. Первый вариант клинического инфантилизма — истинный, или ядерный (по В. В. Ковалеву), базируется на задержке развития лобных долей головного мозга, обусловленной определенными объективными факторами и неправильным воспитанием. В результате у ребенка задерживается формирование понимания норм поведения и общения, выработка понятий «нельзя» и «надо», чувства дистанции в отношениях со взрослыми, задерживается созревание способности верно оценивать ситуации, когда следует соответственно их изменениям менять и поведение, а также способности предвидеть развитие событий и, стало быть, возможные опасности и угрозы. Дети с простой формой психического инфантилизма по поведению оцениваются младше своего истинного возраста на 1—2 года, и при поступлении в детский сад возникает потребность поместить такого ребенка в младшую группу, а при достижении им школьного возраста оставить малыша «на дозревание» в детском саду.

Психический инфантилизм — это не общая задержка умственного развития. При его наличии дети осваивают фразовую речь в обычные сроки и даже раньше, задают вопросы и рисуют в полном соответствии с возрастными нормативами, своевременно осваивают чтение, счет, психически активны и даже бойки. Они нередко высказывают оригинальные мысли, свежо воспринимают природу. Родителей и воспитателей дошкольных учреждений смущают их наивность, несоответствие их поведения возрасту и неприспособленность к реальности. Они не то чтобы не способны обдумать свои поступки, они, скорее, просто не задумываются над ними. Живость психически инфантильного ребенка — не расторможенность, а скорее жизнерадостность, бьющая через край эмоциональность 2—3-летнего ребенка, хотя ему уже 4—5 лет. Их неосмотрительность, неосторожность — результат не

умственного отставания, а наивности ребенка, которая [illegible]ляет, что его можно обидеть. Они добры и не ощущают зла. Их манера вольного обращения со взрослыми не от грубости и бесцеремонности, а от щенячьей радости жизни и той же безоглядной живости, когда отсутствует представление о том, что можно, а что нельзя. Психически инфантильные дети наивно предлагают взрослому побегать и поиграть с ними, порадоваться, не понимая, что маме и бабушке не до этого. Они во всем следуют от себя, от своего восприятия жизни. Поэтому они неизменно и безмятежно веселы, шаловливы, а если всплакнули, то на миг, не помня зла. Их детскость подкупает взрослых и как-то сама собой подводит к воспитанию психически инфантильных по эгоцентрическому типу, к любованию непосредственностью «малышки», «крошки» до тех пор, пока реальность, необходимость их адаптации в детском саду или в первом классе школы не отрезвляет родителей, побуждая проконсультировать ребенка у психиатра. Таких детей заняньчили в младенчестве и не заметили, на какой непростительно долгий срок затянулся этот период. И инфантильные дети не хотят взрослеть и даже говорят, сюсюкая. Они знают, что такое будущее, но оно для них как бы не существует, они как бы застряли в настоящем.

«Нельзя» и «надо» инфантильные дети не воспринимают, а горький плач столь «маленьких» так обезоруживает взрослых, что и время развития этих основополагающих понятий оказывается упущенным. Спохватываются тогда, когда требование выполнять «нельзя» и «надо» вызывает у инфантильного ребенка уже недоумение, обиду и, естественно, бурный протест. И он капризно требует того, что нельзя, не приемлет то, что надо, и желает, чтобы все было, как он хочет. Инфантильные дети добры, но результат их развития таков, что они не понимают, когда можно пошалить, а когда нельзя, так как в семье неприятность или горе.

Сверстники подходят к ним как к равным, но общения не получается, ибо инфантильные в поведении, навыках и умениях выглядят явно младше детей, развивающихся нормально. Естественно, такие дети крайне несамостоятельны и ничего не умеют, потому что все, что требует навыков, усилий, делалось и делается за них. Они не только одеваться,

самостоятельно не желают, [illegible] ском саду не знает, плакать [illegible] него ребенка впору бр[illegible] приобретенная в перв[illegible] фантильности, в таком сл[illegible] танием, а, напротив, развивалась и зак[illegible] результат: инфантильному ребенку при[illegible] школу, а он не готов к ней. О[illegible] возраст, требования к нем[illegible] психическим инфантилизмом отправ[illegible] ную среду, где он сталкивает[illegible] вначале удивляется, а потом огор[illegible] истерического невроза.

Для инфантильных детей характер[illegible] родная эмоциональность, но она не обогащается [illegible] дельным развитием качеств истинного ума, которые обеспечивают полноценную ориентацию и социализацию, а потому не достигает уровня зрелых чувств. Они неподдельно радуются, гневаются, печалятся, симпатизируют, испытывают страх — и все это бурно, через край. Их мимика, как и жестикуляция, жива, выразительна. Но они не знают глубокой любви, истинной печали, настоящей тоски. Им неведомы тревожность и застенчивость. Удручает отсутствие у них эмоциональной сдержанности. В них нет эмоциональной основательности, чтобы плакал, так плакал, а радовался, так уж радовался. Их эмоциональность — как летний дождик: и капает, и солнышко, а в результате — ни того, ни другого. Более всего у инфантильных детей страдает волевое начало. Задержка развития лобных долей головного мозга с их функцией долговременного целеобразования и планирования предопределяет и тенденцию к задержке формирования воли. Неправильное воспитание усугубляет инфантильность волевого фактора у таких детей. Какая уж тут воля, если ребенку до 5—7 лет неведомы серьезные усилия в преодолении трудностей. Волевой компонент заложен в темпераменте, но и эту его сторону, как и прочие, полезные, не развили. И волевое начало у инфантильного ребенка так и не разовьется, если не принять мер к перевоспитанию.

Таким образом, в возникновении психического инфантилизма зримо прослеживается взаимосвязь биологических и микросоциальных причин, которые порождают детскую нервность или трудность.

Второй вариант психического инфантилизма [illegible] или психофизическая незрелость, по инфантильному типу (гармонический инфантилизм, по Г. Е. Сухаревой). Предпосылки и причины его те же, что при первом варианте. Однако незрелость во втором варианте касается не только психического, но и физического развития. Ребенок не только ведет себя как более младший по возрасту, но и выглядит в 5 лет как 3-летний. Он рождается с небольшими массой тела и ростом, миниатюрен. Это «мальчик-с-пальчик» или «дюймовочка». Таких детей и называют уменьшительными именами: «гуленька», «зайчик», «рыбка». Ребенок с этим вариантом психического инфантилизма грациозен, подвижен, но слаб и хрупок. Не отставая в психомоторном и психоречевом развитии, он своевременно осваивает все навыки и умения, рисование, счет и чтение; часто он музыкальный, эмоционально живой, но у него, как и в первом варианте, задерживается дозревание высших ориентационных функций. Время идет, а ребенок не готов к общению со сверстниками и нестерпимо несамостоятелен. Его хрупкость, миниатюрность вызывают тревогу у родителей. У него плохой аппетит, и он часто болеет в отличие от детей с первым вариантом психического инфантилизма. Он шалун, но в меру, часто тихоня. Он не требователен и не капризен, ласков и послушен. Такой ребенок не изматывает родителей, а вызывает щемящую жалость. И его воспитание, как правило, приобретает тревожную направленность. В детском саду воспитательница оберегает его. Это не вызывает у него протеста, поскольку он опасается сверстников. Учительница водит такого ребенка за руку, не отпускает от себя, невольно снижает требования к нему. Все принимают его детскость, и даже сверстники охотно играют с ним, отводя ему роль маленького, проецируя на него зарождающийся родительский инстинкт, защищают, утешают, если он плачет, и ребенок [illegible] Он принимает отводимую ему роль. Она удобна и приятна. [illegible] хочет взрослеть и в школьные годы. Если события развиваются в таком же направлении, он, и став взрослым, продолжает играть ту же роль. И тогда речь идет о мужчине-сыне, женщине-дочери уже в брачных отношениях, когда его опекает жена, ее — муж. У психически инфантильного по второму варианту нет чувства несостоятельности. Он принимает себя таким.

каков он есть. Соответственно у н[illegible] ляется невроз. Трево[illegible] вос[illegible] инфантильность, и, защищенный особым к[illegible] ношением, он не тревожен. Между тем правильное воспитание может увести от инфантильности. В таком случае чуть позже, к 6—8 годам у ребенка дозревают высшие психические функции, он приобретает качества мужественности и после завершения полового созревания отличается от сверстников только малым ростом и миниатюрностью при физической крепости и нормальном здоровье. Психически инфантильного по второму варианту ребенка не торопят с развитием. Он будет следовать за сверстниками, отставая от них примерно на год, и к началу учебы в школе догонит их. Физическую же слабость и малый рост компенсируют развитием ловкости. И вновь мы видим — воспитание решает все. Необходимы только терпение, любовь и мудрость родителей.

Совершенно недопустим третий вариант психического инфантилизма. Ребенок рождается психически и физически здоровым, но, защищая его от жизни, искусственно задерживают его социализацию эгоцентрическим или тревожно-мнительным характером воспитания. Подобное чаще всего бывает у родителей, страстно мечтавших о ребенке, истосковавшихся в ожидании его. И вот шестеро взрослых любуются и тешатся одним младенцем. Самый интересный детский возраст — от 2 до 3 лет. И родители неосознанно хотят задержать ребенка в нем, хотят и преуспевают в этом. Третий вариант психического инфантилизма целиком обусловлен неправильным воспитанием, когда здорового сделали незрелым и развитие лобных функций мозга искусственно задержали. Инфантилизм в таком случае культивируют изнеживанием и гиперопекой, от сверстников и жизни ребенка отгораживают. За ребенка думают и все за него делают родители, они же убирают препятствия с его жизненного пути и, что бы он ни сделал, все ему прощают. А он, не ведая ни о чем, идет навстречу жизни, и встреча эта не сулит ему ничего хорошего. Дело осложняется тем, что, как уже подчеркивалось в предыдущих главах, психическое развитие следует жесткой программе и упущенное по возрасту во многом оказывается упущенным навсегда. У ребенка не было объективных данных для появления инфантилизма, его вы-

шали искусственно. В результате после [illegible] уже инфантилен объективно, как если бы [illegible] лет ре[illegible]. В первых двух вариантах [illegible] ния, в третьем — кончается им. Третий [illegible] первых двух. Хуже и прогноз, тяжелее его преодоление.

В конце концов родители впадают в панику. Крупный и внешне ни в чем не уступающий сверстникам ребенок на уроке извлекает из портфеля игрушку и забавляется ею, встает, не обращая внимания на запрет учительницы, и идет к двери, разговаривает с соседом и просится к маме. Дома он стремится только играть. Он эгоистичен и не признает отказа ни в чем. Состояние родителей он попросту игнорирует. Он капризен, требователен и истеричен. Его детскость уже никого не радует, и родители умоляют: «Доктор, помогите!». А доктору грустно. Перед этой семьей были другие пациенты с тяжелыми врожденными или возникшими по не зависящим от родителей причинам заболеваниями. В этих случаях следует лечить и помогать беде. А тут сами родители здорового ребенка превратили в больного. При третьем варианте психического инфантилизма возможен путь в истерический невроз.

Все вышесказанное — серьезное предупреждение тем родителям, бабушкам и дедушкам, которые поощряют инфантильное развитие своих детей и внуков. Пресловутое сюсюканье, восхищение детскостью «милой малютки», сверхопека, воспитание трехлетних как полуторагодовалых, а пятилетних как трехлетних чреваты тяжелейшими последствиями. В угоду эгоистическим тенденциям, наслаждению детством «дорогой крошки» приносится в жертву будущее человека.

Ребенка, который родился с психическим инфантилизмом или приобрел его в связи с неблагоприятными воздействиями в первые месяцы жизни, лечит врач-психоневролог. Лечение должно способствовать дозреванию высших нервно-психических функций. По показаниям его консультируют у врача-эндокринолога. Если необходимо стимулировать дозревание, рекомендуются апилак, экстракт элеутерококка и настой крапивы, но дозы и сроки приема должен указать индивидуально и по показаниям лечащий врач. Такому ребенку полезны ванны с морской солью, купания в морской воде (Черное, Азовское или Каспийское моря).

пребывание на солнце, но в панаме, май[illegible] Пусть загорают только лицо, ручки и ножки. [illegible] загорать ему необходимо не на пляже, а на прогулке, в игре на воздухе.

Главное же в преодолении психического инфантилизма — правильное воспитание. Усилия направляют прежде всего на социализацию ребенка. Подчеркнуто, настойчиво оттеняются понятия «надо», «можно» и «нельзя», «хорошо» и «плохо». Соблюдение с первых месяцев жизни режима сна, бодрствования, вскармливания в данном случае важно еще и как дисциплинирующее, социализирующее ребенка воспитание. Ребенку настойчиво разъясняют последствия его ошибок, шалостей. Ему предоставляют самостоятельность и позволяют ушибиться, чтобы дать возможность прочувствовать, когда и отчего бывает больно. Такого ребенка постоянно побуждают преодолевать посильные трудности, незаметно помогая и радуясь вместе с ним его победам. Радость эти дети любят, остается только доказать им на практике, что она заключается в преодолении и в достижении результата, цели. Инфантильного ребенка своевременно, не щадя усилий, обучают навыкам и умениям. И это в данном случае не только необходимо для обыденной жизни, но и является путем к преодолению психического инфантилизма. Инфантильный ребенок стремится к детям младше себя, а его следует побуждать к общению со сверстниками, помогая равноправно сотрудничать с ними, улаживать конфликты. Чрезмерность проявления эмоций мягко гасится; взрослые воспитывают в нем углубленную эмоциональность, особенно отзывчивость.

Воздействие родителей на психически инфантильного ребенка реализуется через игру. С ним играют во все, что встречается в жизни ребенка его возраста. Играют, например, в «детский сад», где он в роли воспитателя, а отец — в роли непослушного ребенка. В игре отрабатывают навыки, необходимые для успешной адаптации в детском саду. С ним обыгрывают саму детскую игру, готовя к играм со сверстниками. В совместной игре высмеиваются безалаберность, неорганизованность, непродуманность последствий поступков и сами неразумные поступки, эгоизм. В игре ставится цель, разрабатываются планы ее достижения, в игре же она и реализуется.

Если, несмотря на все прилагаемые усилия, инфан-

...ильный ребенок окаже[тся] ...дам, лучше задержать такого реб[енка] ...готовительной группе детского с[ада] ...в школу со сформиров[анной] ...чем скомкать начало школьного обуч[ения] ...и все обучение в целом

Глава 4

ГИПЕРДИНАМИЧЕСКИЙ И ГИПОДИНАМИЧЕСКИЙ СИНДРОМЫ

В основе гипердинамического и гиподинамического синдромов — микроорганические поражения головного мозга, которые возникают в результате кислородного внутриутробного голодания головного мозга, микрородовой травмы и приводят к минимальной мозговой дисфункции (ММД). Отсутствуют грубые органические очаговые повреждения, но есть множество микроповреждений коры и подкорковых структур головного мозга. Уже в первые дни, еще в родильном доме отмечают, что ребенок беспокоен или вял, и первое его кормление обычно откладывают на 2—3 сут. Это часто бывает с крупным новорожденным и ребенком, родившимся при затяжных или стремительных родах. Поскольку грубых очаговых нарушений в головном мозге в таких случаях нет, в выписной справке роды и состояние новорожденного оцениваются чаще всего как вполне благополучные, а последствия ММД проявляются несколько позднее. У каждого 5—6-го ребенка отмечается ММД.

Опишем вначале проявления более часто встречающегося **гипердинамического синдрома**. Основные его признаки — отвлекаемость внимания и двигательная расторможенность, которая проявляется с первых месяцев жизни, когда гипердинамичного ребенка не удержать в руках, как и невропатичного. Сказать о гипердинамичном, что он непоседлив,— значит не сказать ничего. Он подвижен, как ртуть. Не уследили — и он где-то наверху, откуда его можно снять только с помощью пожарной лестницы. Проникая во все щели, проваливаясь во все ямы, лазая по всем закоулкам, исследуя все чердаки и подвалы, за все задевая и все

опрокидывая, набивая себе синяки и шишки, носится он день деньской по квартире, по двору, а без надлежащего надзора — и по улицам. Именно гипердинамичный ребенок чаще всего совершает побег из детского сада, но не умышленно, а потому, что обнаруживает случайно открытую калитку или щель в заборе. Именно он чаще всего оказывается на проезжей части улицы, устраивает короткое замыкание в электросети или опрокидывает на себя кастрюлю с кипятком. Если он найдет не прикрытый по небрежности хотя бы один канализационный люк, то залезет туда, не задумываясь, как он из него выберется. Это он находит и взрывает оставшиеся на местах бывших боев патроны и гранаты. Естественно, львиная доля несчастных случаев происходит с ним. Его руки в постоянном движении: что-то мнут, обрывают, вертят пуговицы, отковыривают краску на стене. На месте ему не усидеть. Он даже стоит, переминаясь с ноги на ногу, и кажется, что еще миг — и он сорвется с места, умчится на край света. Ест он стоя, на стуле ему не усидеть. Он весь извертится, даже играя, слушая сказку, глядя на экран телевизора. Иной раз думается, что он так и не научится сидеть, как и не верится, что он будет спокойно ходить, а не бегать.

Одни из гипердинамичных детей особенно несносно ведут себя с утра, другие — к вечеру, и тогда их не уложить спать. Они и в постели балуются и играют, засыпают, стоя на коленках и локтях, а уснув, сбивают простыню в комок, поскольку беспокойны и во сне. Те, что беспокойны с утра, засыпают мгновенно и спят как убитые. Но и о первых, и о вторых говорят: «Хороший, когда спит!». И родители переводят дух и чувствуют себя спокойно, лишь уложив такого ребенка и убедившись, что он, наконец, угомонился.

Одежда и обувь буквально горят на гипердинамичном ребенке. Шапку, шарф, варежки, а потом и школьный портфель он постоянно теряет, и на него ничего не напасешься.

Гипердинамичный ребенок импульсивен, и никто не рискнет предсказать, что он сделает в следующий миг. Да и сам он этого не знает. У него все на коротком замыкании: увидел — схватил — побежал. Действует он, не задумываясь о последствиях, хотя плохого не замышляет и сам искренне огорчен происшествием, виной которого становится. Впрочем, чаще он

полагает, что не сделал ничего плохого, поск[illegible] не [illegible] этого делать. И если гипердинамичный ребенок разбил вазу, то, по его мнению, [illegible] потому что плохо стояла. Наказания он [illegible], так как традиционные шлепки, укоры, [illegible]бах не огорчают его. Гипердинамичный ребенок не помнит обиды, не держит зла и, хотя [illegible] ссорится со сверстниками, тут же мирится с ними. Правда, иногда он чрезмерно вспыльчив, драчлив, а тогда не по-детски, а озлобленно, агрессивно, жестоко. В таких случаях у ребенка могут быть более грубое поражение головного мозга, повышенная судорожная готовность, что выявляется при электроэнцефалографическом исследовании.

От избытка чувств гипердинамичный ребенок не говорит, а кричит, доказывая, оправдываясь, споря. Это самый шумный ребенок в детском коллективе. Выбирает он только живые и подвижные игры, в которых все сводит к беготне. Он всегда в центре любой потасовки. Ни одна «куча мала» не обходится без гипердинамичного ребенка. Извлеченный из самой ее середины, помятый, но счастливый шалун — это он, гипердинамичный. Одежда его от пота не просыхает, от постоянного перевозбуждения волосы у него стоят дыбом, глаза блестят и только что не выскакивают из орбит. У него много приятелей, поскольку он общителен, готов безоглядно на любую проказу, не хнычет, когда ушибается, и никогда не унывает.

И все-таки самая большая беда гипердинамичного ребенка — это отвлекаемость. Головка у него, как флюгер на ветру: то поворот в одну сторону, где что-то ненадолго привлекло внимание, то в другую. Заинтересовавшись чем-то, он забывает о предыдущем, ни одно дело до конца не доводит. Новые впечатления ведут его от одного увлечения к другому. Если он оказался на другом конце города — то, не ведая как, не помня пути, потому что шел сначала к необычной машине у парапета, затем — к яркой витрине, потом — к собравшейся по случаю толпе и в результате очутился в вокзальном пикете милиции, откуда поминутно звучит по радио: «Внимание, у кого пропал мальчик?»

Все привлекает его внимание, но оно ни на чем не задерживается, скользит с одного на другое: вот он смотрит телевизионную передачу, тут же переводит взгляд на муху на потолке, чтобы еще через секунду

отвлечься разговором матери с бабушкой. На уроке в школе ему не сосредоточиться. На доску он смотрит урывками, и учительнице не удается привлечь его внимания. Он не слышит ее объяснений, никогда не знает, что задано на дом При письме гипердинамичный ребенок пропускает буквы, не дописывает слова и предложения. В простейших примерах он допускает нелепые ошибки, но не из-за отсутствия способностей, а чаще всего из-за крайней невнимательности и торопливости

Гипердинамичный ребенок любопытен, но не любознателен. Он на все смотрит, но в результате ничего не видит Если не заниматься его воспитанием, он таким и останется: не глупым, но и не умным по-настоящему. Поверхностными будут его знания, рассуждения, умозаключения, ибо и в мыслях он торопится, ни на чем не задерживаясь. Хаос в голове гипердинамичного ребенка сродни хаосу в его карманах и портфеле, где в беспорядке перемешаны случайные и разрозненные предметы. Без должного воспитания он ограничится простыми вопросами «кто это?» и «что это?», «где?», «куда?» и «откуда?». Основополагающее «почему?» прозвучит, но гипердинамичный ребенок удовлетворится простейшими ответами, а вопросы «зачем?» и «что будет?» могут так и не возникнуть. В результате его ориентация сведется к поверхностным представлениям о предметах и людях, к упрощенному и конкретно заземленному знанию жизни, ограничится ближним пространством и суженной микросоциальной средой.

Пик проявлений гипердинамического синдрома — 6—7 лет с обратным развитием в благоприятных случаях к 14—15 годам. Однако проявления синдрома, очевидные у ребенка уже на первом году жизни, при неправильном воспитании начинают сокрушительно сказываться как раз с 13 лет и старше, определяя в таком случае судьбу уже взрослого человека.

Ни в каком другом случае детская трудность, выраженная в столь вопиющей расторможенности и отвлекаемости, не вызывает так много нареканий и жалоб родителей, воспитателей детских садов и учителей, как в этом. Гипердинамичному ребенку более всех грозит неприятие. Он способен вывести из терпения самых спокойных и ко всему привычных взрослых. Никого столько не укоряют, не стыдят, не одергивают, не наказывают, как его. В конце концов его убеждают, что

4*

ребенка труднее, и бестолковее его нет на всем белом свете. В результате он ожесточается и разрушительно действует. Ведь у таких детей пусть и незначительно, но повреждена нервная система — она повышенно возбудима. И такие дети склонны к агрессивной реакции на непрестанное одергивание и подавление их активности. Если сдерживание и подавление постоянны и ребенок «самый плохой», гипердинамичный ребенок становится лидером в группе трудных подростков с демонстративно отклоняющимся поведением, которые игнорируют учебу. В данном варианте ведущий признак — расторможенность. При безнадзорности, предоставленный самому себе, он может стать неустойчивым, которого несет, как щепку в реке, от беды к беде. Гипердинамичный ребенок в таком случае слепо следует за любой подростковой группой. В этом варианте на первый план выступает вытекающая из отвлекаемости поверхностность личностных ориентаций. У некоторых из гипердинамичных детей, если их все-таки допекают порицаниями и наказаниями, без конца преследуют неудачи, формируется истерический невроз.

Итак, в синдроме гипердинамичности ведущее — отвлекаемость и расторможенность. С отвлекаемостью борются так же, как и при задержке умственного развития, настойчиво и последовательно. С расторможенностью начинают бороться еще до того, как ребенок пошел, и борются упорно, подчеркнуто прививая «нельзя» и «надо». Родители четко разграничивают целенаправленную активность и бесцельную подвижность. Гипердинамичному ребенку не устоять на месте — пусть не стоит, потому что таковы врожденные особенности его нервной системы. Но с того времени, когда он начинает ходить, а особенно — бегать, его двигательную активность следует направлять и организовывать. Организация двигательной активности — ключ к обузданию расторможенности. Бабушке с воспитанием такого ребенка не справиться, так как, направляя гипердинамичного ребенка, чтобы вести его, следует бежать впереди него или рядом, и тогда бег, играя. Игра должна быть со смыслом, и тогда бег не будет бесцельным и превращается в целенаправленную активность.

Гипердинамичный ребенок нуждается в игре со сверстниками, но он невольно заводит на беготню и

[illegible]

[illegible] родовой травме [illegible]

Его как можно [illegible] таки спортом. В [illegible] [illegible] не только педагог, но еще и врач.

[illegible]

их. Тогда их всех переключают на быструю сюжетно-ролевую игру со смыслом. Пусть до изнеможения играет в футбол, хоккей, поскольку эти игры требуют организованности и подчинены цели — поразить ворота. Постановка цели, действия по плану для него буквально спасение — происходит превращение бесцельной подвижности в целенаправленную активность. И так будет до тех пор, пока целенаправленная активность не станет привычкой.

Гипердинамичный ребенок, как правило, физически крепок, у него часто круглая голова, короткая шея, широкие плечи. Именно поэтому он чаще подвержен родовой травме, а значит — чаще страдает ММД.

Его как можно раньше следует приобщать к занятиям спортом. В занятиях спортом он реализует чрезмерную энергию, силу, перевозбудимость. Но спорт еще и организует, в спорте первооснова — цель, и притом заманчивая. Тренер для гипердинамичного ребенка не только педагог, но еще и врач.

Повзрослев, гипердинамичный ребенок сам научится стоять на месте, а вот к усидчивости следует его приучать как можно раньше. Его следует сажать за стол рядом с собой, когда он устал от беготни, занимая делом соответственно возрасту. Он строит, собирает, лепит, рисует. Пусть убедится, что эти занятия так же интересны, как и подвижная игра. Да, у него быстрые ножки, но у него и быстрый ум. И родители продолжают вводить гипердинамичного ребенка в русло целенаправленности, но уже за письменным столом. Он пытается, что-то вспомнив, все-таки вскочить, убежать, но родители непреклонны: «Сиди, доделай до конца». Вначале ему будет трудно, его придется буквально удерживать. Однако усидчивость в конце концов станет для него привычной. Придет время, и он сможет усидеть за партой весь урок, а школьной перемены ему хватит, чтобы набегаться всласть.

Расторможенность у гипердинамичного ребенка проявляется и в эмоциях. Его, как и любого ребенка, учат сдержанности, но только строже, настойчивее. Гипердинамичного ребенка не дергают постоянно, а действуют на него примером, добрым словом, внушением и убеждением. Пусть его эмоции будут проявляться бурно, но не грубо, в рамках дозволенного.

За проступки гипердинамичного ребенка наказывают. Наказание для него — только унылая непод-

вижность. Наказать гипердинамичного неподвижностью — значит усадить его на диван без всякого дела, без книги, без телевизора, вдали от окна. Он изноется, извертится, но ему придется в бездеятельности сидеть на диване до указанного срока, и такое наказание он запомнит.

Если гипердинамичный ребенок вначале что-то сделал, а потом подумал, с ним серьезно беседуют, беседуют взволнованно, так, чтобы эта беседа надолго сохранилась в его памяти. Взрослым известны случаи драматической встречи и разговора, которые приводят человека к переосмыслению своей жизни, оставляют неизгладимый след в памяти.

Ну а если ребенку уже 5—6 лет, а гипердинамический синдром сохраняется? В этом случае усилия по воспитанию внимания удваивают, утраивают. Другого пути нет. Режим, при котором гипердинамичному ребенку не позволяют слоняться без дела, ужесточают. Бесцельное времяпрепровождение решительно пресекают. Влияние всепрощающих взрослых устраняют. Отец вплотную занимается сыном, мать — дочерью. Усиливается система поощрений и наказаний. Его усаживают на диван и не включают телевизор, чтобы посмотреть долгожданную передачу, пока он не соберет разбросанные игрушки или не вымоет чашку. Он будет торопиться и сделает как-нибудь — его заставят переделать, как надо, пусть даже это повторится несколько раз. В семье в таком случае особенно недопустимы разногласия в воспитании. Семья выступает как один человек, требования всех ее членов едины. Естественно, родители обращаются за консультацией к психоневрологу, тем более что в причинах гипердинамичности следует разобраться у каждого конкретного ребенка. К 1-му классу школы проявления гипердинамического синдрома должны быть преодолены.

Среди страдающих ММД детей у каждого четвертого ребенка **гиподинамический синдром**. У ребенка с гиподинамическим синдромом в результате микророловой травмы повреждены подкорковые структуры головного мозга, поэтому у него слаба стимуляция активности головного мозга из этих структур, и он как бы спит, он заторможен. Гиподинамичный ребенок малоподвижен и вял. Пососав грудь, он тут же засыпает. Он и плачет как-то вяло, как будто не надеясь добиться

плачем чего-либо. Позднее гиподинам[illegible] ребенок производит впечатление [illegible] на ходу. Его трудно чем-то [illegible] приходится постоянно тормошить, чтобы побудить что-то сделать.

У гиподинамичного ребенка и [illegible] вялые, ослабленные. Нередко он страдает от избыточной массы тела. Гиподинамичный ребенок [illegible] движения плохо координированы. Руки [illegible]ются как бы сами по себе и при ходьбе [illegible] вижно висят вдоль туловища. [illegible] ние, что они ему только мешают. Такой ребенок избегает играть с детьми отчасти из [illegible] вынужденно — из-за неловкости, нерасторопности, неповоротливости. Унылая, несуразная фигура ребенка в уголке игровой комнаты детского сада или в [illegible]ном коридоре — это фигура гиподинамичного ребенка.

Так как мозг гиподинамичного ребенка как бы спит, он кажется умственно отсталым, и только мать знает, что он не глуп. Однако ей не верят, поскольку видят безучастное лицо ребенка и в разговоре он или не участвует, или отвечает на вопросы вяло, односложно, не задумываясь, лишь бы отделаться от докучливого собеседника. Плохая успеваемость огорчает его только потому, что огорчена мать. В школе его называют тюфяком. Самая большая его мечта — сидеть за задней партой, быть незамечаемым никем, чтобы его оставили в покое, не вызывали к доске. Уроков физкультуры он избегает всеми возможными способами, потому что на них особенно очевидна его неловкость и именно на этих уроках он становится объектом насмешек сверстников. Он вял не только физически, но и эмоционально и умственно.

Гиподинамичный ребенок затаенно переживает [illegible] насмешки, его задергивают, потому что [illegible] тормошат, и у него в таком случае развивается невроз (неврастения).

У такого ребенка ретикулярная формация мозга оказывает недостаточное стимулирующее влияние на [illegible] мозга, и родители восполняют этот дефицит стиму[illegible] извне. На него не следует кричать, его нельзя тормошить без толку, а необходимо заинтересовать [illegible]-нибудь. Интерес в данном случае решает все. Если [illegible] делается по-доброму, ненавязчиво, с учетом его [illegible] в данный момент, гиподинамичный ребенок [illegible]

степенно оживает. Он крутит педали велосипеда, если с ним рядом отец, и лежит возле велосипеда, если предоставлен себе. С ним много ходят, чтобы и активизировать, и развить физически. Ведь в спортивной секции, где он непременно станет объектом насмешек, ему делать нечего. К более быстрой реакции его побуждает личным примером находящийся рядом с ним взрослый, действуя так, чтобы гиподинамичный ребенок был вынужден успевать. С ним играют в мяч в максимально посильном для него темпе. Темп навязывается характером самой игры (футбол, хоккей для мальчика, скакалка, игра в пятнашки – для девочки) или целью. «Закончим дело, пойдем в зоопарк». С ним играют в игру «подбор слов», когда следует быстро подобрать слово, начинающееся с последней буквы предыдущего слова. Он незаметно вовлекается в игру-соревнование и, стараясь не отставать от других, будет иметь стимул действовать быстрее. Родители развивают его ловкость, заставляют его больше двигаться, соблюдать диету, борются с излишней массой тела, чтобы он не стал мишенью для насмешек, чтобы у него не возникло чувство несостоятельности как основа невроза. Его ободряют, и он видит: все к нему доброжелательны, над ним не смеются, его не упрекают, если он старается.

Все это длится очень долго. Как только выяснилось, что ребенок вял, малоподвижен, заторможен, его сразу же начинают терпеливо побуждать к активности до тех пор, пока то, что требуется, не станет привычным и пока не включится самостимуляция, т. е. до 10—13 лет.

У детей с ММД иногда отмечается дизартрия – грубые нарушения в произнесении звуков («каша во рту»), и они не выговаривают многие из них. В школе обнаруживается дизграфия — плохой почерк, пропуск в письме гласных или согласных букв, замена одних букв другими, зеркальное их написание. Неудовлетворительные оценки по письму — прямо-таки «симптом» ММД. В 4–5-м классах дети с ММД недостаточно успевают по математике. Однако упорная тренировка помогает преодолеть и эти последствия ММД. Помощь невропатолога и психиатра в таких случаях крайне необходима.

Борьба с последствиями ММД, синдромами гипер- и гиподинамичности — убедительный пример того, как весьма неблагоприятный биологический фактор детской

трудности может быть купирован, преодолен настойчивыми воспитательными воздействиями, если они своевременны, продуманны и добры.

Глава 5

НЕВРОПАТИЯ

Невропатия — это врожденная детская нервность. Ребенок с таким диагнозом, по словам родителей, «не ребенок, а комок нервов». Бабушка, сокрушающаяся по поводу трудностей воспитания внука, страдающего невропатией, сетует: «Мне было легче с моими семью детьми, чем с ним одним». Мать в отчаянии восклицает: «Доктор, помогите! Нет больше сил. С того дня, как я принесла сына из роддома, семья не знает покоя ни днем, ни ночью». Именно ребенок, страдающий невропатией, часто остается единственным, поскольку родители заявляют: «Так измучены им, что и думать боимся о другом».

Причины невропатии сложны. Судя по тому, что для ребенка с невропатией характерны физический инфантилизм, склонность к аллергическим реакциям, недоразвитие ряда систем и функций организма, наличие экссудативно-катарального диатеза (у 88,3 % детей), причины ее заключаются в нарушениях внутриутробного развития. Об этом косвенно свидетельствует и то, что, по нашим данным, у 56 % матерей, у которых родились дети с невропатией, был токсикоз второй половины беременности, а у 36 % из них наблюдалась угроза ее самопроизвольного прерывания.

В то же время выраженная при невропатии вегетососудистая дистония с повышенным или пониженным слюноотделением, пониженной или несколько повышенной температурой тела, нарушениями функций внутренних органов (чаще желудочно-кишечного тракта, с потливостью свидетельствует о нарушении функции гипоталамического отдела головного мозга, который регулирует жизнедеятельность организма. Это подтверждается изменениями на электроэнцефалограмме (ЭЭГ). У таких детей относительно часто во внутриутробном периоде развития отмечалась гипоксия, асфиксия — в период родов. У 63,2 % матерей, родив-

[illegible]

нервность

Невропатичный ребенок [illegible] подвижен, ловок, в его движениях [illegible] ма, порывистость и импульсивность [illegible] мимика, выразительные жесты и по[illegible] длинные, нервные пальцы. Страдающий [illegible] ребенок чрезмерно подвижен, су[illegible] [illegible] Речь ребенка с невропатией [illegible] и [illegible] его лицо — выражение беспокойства [illegible] сосредоточенности. У ребенка с невропатией [illegible] слизистые оболочки бледны, под глазами синева [illegible] у него тонкие, ломкие, как бы прилипшие [illegible] его руки горячие или холодные, влажные.

У ребенка холерического темперамента невропатия чаще проявляется поведенческими нарушениями — требовательностью, настырностью, негативизмом, протестными реакциями и т. п. Сангвиник с этим диагнозом возбудимый, подвижный, худенький, бледный. У него повышен обмен веществ, понижено слюноотделение (сухость во рту) и т. д. Ребенок флегматического темперамента, страдающий невропатией, вялый, слезлив, предрасположен к неприятным ощущениям со стороны желудочно-кишечного тракта, его [illegible] ларинго- и бронхоспазмам и т. д.

Известный советский детский психиатр Г. Е. Сухарева выделила 2 варианта невропатии — возбудимый и астенический. При возбудимом варианте ребенок [illegible] импульсивен, вспыльчив, эгоистичен, двигательно [illegible] можен и чересчур подвижен, шумен и [illegible] При астеническом варианте он впечатлителен [illegible] повышенно обидчив. Он быстро устает, [illegible] тогда становится капризным, плаксивым. [illegible] бывают нарушения пищеварения из-за ферментативной недостаточности, запоры или жидкий стул. Характерный для детей с невропатией экссудативный диатез сказывается при астеническом варианте в предрасположенности к стоматитам, заболеваниям верхних дыхательных путей, в нарушениях

рения. Родители больше жалуются на болезненность такого ребенка, чем на его капризность и требовательность. Однако четкая грань между повышенной возбудимостью или заторможенностью редка, и чаще встречается переплетение того и другого в поведении больного как выражение контрастности черт ребенка, страдающего невропатией. Сложны причины — сложны и неоднозначны последствия. Вот он возбудился и несносен в поведении, вот истощился, сник и вызывает жалость, тревогу за него, за его здоровье и жизнь.

Первая особенность невропатии — **нарушения сна**. Они отмечаются у ребенка, страдающего невропатией, с первых месяцев жизни. Спит он только в определенных условиях — в полной тишине, при включенном ночнике, на руках, при покачивании. Сон его чуток, беспокоен. Ребенок часто просыпается, обязательно с криком, плачем. Часто у него «спокойная бессонница» — он играет ночью, как будто вовсе не нуждаясь в отдыхе, протестует при попытке уложить его, укачать или страдает, пытаясь уснуть, найти удобное положение в постели. Во сне он мечется, сбивает простынку, сбрасывает одеяло, поминутно с всхлипыванием меняет позу. Поправив одеяло и уложив его нормально, мать через минуту находит ребенка лежащим на одеяле поперек кровати или с ногами на подушке. Волосы у него во сне слипаются от пота. Иногда он путает день и ночь — засыпает только в полночь и спит до полудня. В 1—$1^1/_2$ года такой малыш отказывается от дневного сна. При астеническом варианте невропатии дети сонливы, но сон их так же беспокоен, как и у возбудимых детей. Сон у невропатичных детей налаживается только к трем годам жизни.

Вторая особенность — **нарушения вскармливания**. Ребенок с невропатией обычно уже в $1^1/_2$ мес отказывается от груди, а если и берет ее, то неохотно, лениво, отвлекаясь. Один скорее играет у груди, чем сосет. Другой ведет себя агрессивно, кусает грудь, беспокоен, как будто материнское молоко горькое. Мать такого ребенка нередко замечает у него злой плач, порывистость движений у груди. Нередко ребенок с невропатией быстро устает при кормлении или теряет интерес к нему. Начинаются переживания родителей, связанные с плохим аппетитом ребенка. Срыгивания, рвоты, отказ от пищи изматывают родителей малыша, страдающего невропатией. Плохой аппетит сохраняется

до 7—8 лет. Невропатичный ребенок не только мало ест, но и плохо жует. У него в таком случае мало слюны и ему не проглотить кусок твердой пищи. Догадливая мать ставит на стол стакан воды, и ребенок автоматично запивает еду. Он способен играть и даже уснуть с куском за щекой, и, стремясь не допустить этого, мать требует, чтобы после еды малыш открыл рот. На новую непривычную пищу у него бывает рвота, иногда он подолгу отказывается от мяса («вегетарианец поневоле»), от твердой пищи или ест что-то одно — или сосиски, или макароны, или хлеб с маслом и сельдью.

Третья особенность невропатии – **нарушения дефекации и мочеиспускания**. Регуляция физиологических отправлений ребенка-невропата — постоянная проблема его воспитания. Стул у него учащен, а чаще – задержан. Малыш с невропатией нередко отказывается от горшка и до 2—4 лет при нужде забивается в угол, где и происходит дефекация в штанишки. Мочеиспускание у него, как правило, учащенное, он часто страдает дневным и ночным недержанием мочи (энурез). Иногда отмечается и задержка мочеиспускания.

Четвертая особенность — **контрастность поведения**. Страдающий невропатией ребенок контрастен в поведении, поскольку он физиологически дисгармоничен. Он агрессивен, конфликтен, драчлив, отчаянный спорщик. Его злой и настойчивый плач изводит родителей. Однако такой ребенок и высокочувствителен, точно улавливает настроение матери. Он робок, но и бесстрашен — может вступить в конфликт, в драку с более сильными и даже с детьми, старшими по возрасту, не думая о последствиях для себя. Он раним и обидчив, но сам же обостряет ситуацию, в которой может быть обижен; он застенчив и назойлив, не переносит шума и шумен сам; истощаем, но жаден до информации и засыпает у телевизора от усталости, чуть ли не поддерживая веки, чтобы не закрылись глаза. Он «вредный», но и бесхитростный. Он боязлив, недоверчив, ему присущ страх нового, неизвестного, но он и крайне неосмотрителен, неосторожен, часто попадает в беду; аутоагрессивен — кусает себя (руки), грызет ногти, надногтевые валики, губы, равнодушен к тому, что ест и, как говорит мать, «не жалеет себя»

Пятая особенность — **эмоциональная нестабильность** страдающего невропатией ребенка. Вот он весел и вдруг — гнев, слезы, надолго испорченное настроение. Родители говорят, что не знают, с какой стороны к нему подойти и какое именно слово или замечание вызовет отрицательную эмоцию, недовольство.

Шестая особенность — **чрезвычайная подвижность**. Он беспокоен на руках и в постели, а на прогулке выползает из одеяльца, как уж, оказываясь чуть ли не на голове обескураженной бабушки. Он ухитряется перелезть через сетку кроватки или просовывать голову между прутьями решетки манежа.

Седьмая особенность при невропатии — **убыстренное психоречевое развитие**. Ребенок, страдающий невропатией, учится читать самостоятельно, по названиям сказок и вывескам магазинов, знает много стихов; он прекрасно ориентируется в окружающем: быстро устанавливает, кто есть кто в семье, кого из приходящих в дом родители встречают радостно, кого — с досадой; ловчит, жалуется бабушке на мать, отцу на бабушку, матери на отца. При гостях он охотно танцует, поет, бойко разговаривает; именно эти дети воспринимаются как вундеркинды — «чудо-дети». Нередко он начинает говорить столь рано, что взрослые бывают потрясены. Иногда у него отмечается задержка речи, но затем в один прекрасный день его как бы прорывает, и с этого момента он говорит много, грамматически правильно. У невропатичных детей часто наблюдается нечистое произнесение звуков или замена одних звуков другими (дислалия).

Восьмая особенность при невропатии — **перевозбудимость вегетативной нервной системы и аллергическая предрасположенность**, что приводит нередко к таким осложнениям, как ложный круп, ларингоспазм, астматический синдром. У таких детей зачастую обнаруживаются патологические реакции на прививки. Они чутки к переменам погоды, изменениям атмосферного давления и влажности воздуха, отвечая вегетососудистыми кризами на резкие изменения метеоусловий.

Девятая особенность — **сверхчувствительность**. Невропатичный ребенок — своего рода принцесса на горошине. Его раздражают складка на простыне, рубчик на трусиках, а тугой воротничок он не терпит совершенно. Часто невропатичных детей беспокоит зуд кожи, волосистой части головы, ушей, промежности, и

[illegible] и расчесывают себя до крови. Сверхчувствительны [illegible] и к запахам, и даже обычные запахи из [illegible] при приготовлении пищи вызывают у них головную боль и повышенную раздражительность. Шум и яркий свет возбуждают и обессиливают их.

И, наконец, десятая особенность невропатии — частое **нарушение терморегуляции**. У возбудимых это повышенная температура тела (до 37,2—37,6 °С), у ослабленных — пониженная (до 36,0—36,2 °С). Повышенная температура чаще не отражается на их самочувствии и обнаруживается случайно, но иногда может сопровождаться ощущением нездоровья, и тогда им ошибочно ставят диагноз острого респираторного вирусного заболевания. Вместе с тем невропатичный ребенок особенно подвержен простудным заболеваниям. Длительно и часто болеющий ребенок нередко страдает невропатией даже в том случае, если другие проявления этой формы детской нервности у него выражены слабо или отсутствуют. При невропатии зачастую имеют место иммунодефицитные состояния, которые выражаются в низкой сопротивляемости инфекциям.

Различаются ранняя форма невропатии, которая выявляется уже с самого момента рождения, и поздняя, которая проявляется с 4—7 мес и протекает тяжелее. При поздней ее форме ребенок в первые месяцы жизни сонлив, «спокоен», а по сути дозревает после родов. Тогда предвестниками невропатии являются атония кишечника с запорами и метеоризмом, вялое сосание, плохое прибавление массы тела и общая пассивность. Далее обычно формируется картина астенического варианта.

У детей, страдающих невропатией, особенно велики шансы заболеть неврозом (в наших наблюдениях 22,3 % детей с неврозами страдали в раннем детстве невропатией), как правило, его истерической формой (у каждого второго ребенка с истерическим неврозом, по нашим данным, ранее отмечалась невропатия), в связи с впечатлительностью, ранимостью, эгоистичностью, нарушениями в общении. Хотя они и тянутся к сверстникам, но общение с ними неизбежно выливается в конфликт: в игре возбудимые чрезмерно импульсивны, астеничные устают, и все это кончается взаимными упреками, обвинениями, апелляцией к взрослым. Требовательные к сверстникам и взрослым, эгоцентричные, дети, страдающие невропатией, по-

…да они расчесывают себя до крови. Сверхчувствительны они и к запахам, и даже обычные запахи из кухни при приготовлении пищи вызывают у них головную боль и повышенную раздражительность. Шум и яркий свет возбуждают и обессиливают их.

И, наконец, десятая особенность невропатии — частое **нарушение терморегуляции**. У возбудимых это повышенная температура тела (до 37,2—37,6 °С), у ослабленных — пониженная (до 36,0—36,2 °С). Повышенная температура чаще не отражается на их самочувствии и обнаруживается случайно, но иногда может сопровождаться ощущением нездоровья, и тогда им ошибочно ставят диагноз острого респираторного вирусного заболевания. Вместе с тем невропатичный ребенок особенно подвержен простудным заболеваниям. Длительно и часто болеющий ребенок нередко страдает невропатией даже в том случае, если другие проявления этой формы детской нервности у него выражены слабо или отсутствуют. При невропатии зачастую имеют место иммунодефицитные состояния, которые выражаются в низкой сопротивляемости инфекциям.

Различаются ранняя форма невропатии, которая выявляется уже с самого момента рождения, и поздняя, которая проявляется с 4—7 мес и протекает тяжелее. При поздней ее форме ребенок в первые месяцы жизни сонлив, «спокоен», а по сути дозревает после родов. Тогда предвестниками невропатии являются атония кишечника с запорами и метеоризмом, вялое сосание, плохое прибавление массы тела и общая пассивность. Далее обычно формируется картина астенического варианта.

У детей, страдающих невропатией, особенно велики шансы заболеть неврозом (в наших наблюдениях 22,3 % детей с неврозами страдали в раннем детстве невропатией), как правило, его истерической формой (у каждого второго ребенка с истерическим неврозом, по нашим данным, ранее отмечалась невропатия), в связи с впечатлительностью, ранимостью, эгоистичностью, нарушениями в общении. Хотя они и тянутся к сверстникам, но общение с ними неизбежно выливается в конфликт: в игре возбудимые чрезмерно импульсивны, астеничные устают, и все это кончается взаимными упреками, обвинениями, апелляцией к взрослым. Требовательные к сверстникам и взрослым, почти эгоцентричные, дети, страдающие невропатией, по-

рождают беспокойство всюду, где бы они ни появились.

Будучи симбиотически привязаны к матери, они буквально порабощают ее. Мать в конце концов не выдерживает и умоляет близких дать ей передохнуть, уехать в отпуск одной. Ребенок с невропатией, оставшись без нее, заболевает, несмотря на идеальный уход со стороны отца и бабушки. По возвращении матери он становится еще более деспотичным, требовательным к ней и бдительным, не отпуская ее теперь ни на шаг. Он буквально держится за ее юбку, и ее рука крепко зажата в его ладошке даже во сне.

Нередко дети, страдающие невропатией, предрасположены к вредным привычкам: сосут палец, мнут кожу на шее, занимаются онанизмом. Особенно трудны они в период негативизма, который у них начинается раньше — с 2 лет — и длится дольше — до 7—8 лет. Тогда их негативизм с неповиновением, с агрессивной требовательностью, настырностью, неумолимой настойчивостью доводит родителей до невроза. При невропатии у ребенка родителей успокаивает только одно — заверение, что к 8—11 годам это пройдет.

Невропатия чаще проявляется у мальчиков, чем у девочек (по нашим данным, в соотношении 1,8 : 1), у первенцев или поздних детей.

Воспитание и лечение. Как же воспитывать детей, страдающих невропатией? Итак, вернемся к возгласу: «Доктор, помогите!». Общение с невропатичным ребенком требует чрезвычайной деликатности и такта. Основные требования — не изнеживать его, не воевать с ним, хотя он непрерывно провоцирует на это, но и не капитулировать перед ним. Если родители начинают кричать на него, он будет кричать еще сильнее, доходя до неистовства. Следует помнить, что порог возбудимости у него снижен. То, что взрослые просто не воспринимают, такого ребенка раздражает, непереносимо для него. Работающий с приглушенным звуком телевизор для него, спящего в соседней комнате,— то же самое, что для его родителей бульдозер, работающий под окном спальни. Поэтому тишина, спокойное, сдержанное поведение взрослых — условие его спокойствия, сдержанности. В шумной семье такой ребенок находится в состоянии постоянного перевозбуждения.

Итак, все спокойны рядом с невропатичным ребенком, никто не повышает голоса. Его не дергают поминутно запретами, укорами, замечаниями. Родители

должны многие мелочи «не замечать», так как жизнь [illegible] ребенка станет непереносимой, если каждый проступок (вся его жизнь до 7 лет — сплошной проступок в глазах строгих родителей) будет вызывать реакцию взрослых. Он слишком громко закричал от радости, возбуждения, сдвинул ковер на полу, стянул скатерть и разбил стоявшую на столе посуду, порвал газету, ест стоя. Конечно, все это неприятно, но у ребенка врожденная детская нервность, и родители все это благоразумно не должны замечать. Но вот он в гневе ударил бабушку или, скажем, упорно берет и зажигает спички, или, вопреки запрету, подошел к плите, на которой кипит в кастрюле суп. Вот это уже проступок. В этом случае не должно быть места колебаниям. Ему строго указывают на недопустимость таких действий. Вся семья отворачивается от него, с ним никто не общается. Он впадает в истерику, но все продолжают заниматься своими делами, как будто ничего не происходит, и он постепенно успокаивается. Ребенок с невропатией предрасположен к истерическому типу реагирования. Он, как искусный дипломат, использует любую трещинку в отношениях между членами семьи. Вот он бросается с криком на пол, добиваясь своего. Родители непреклонны. Крепится и бабушка, но ее стойкости хватает ненадолго, и она говорит: «Перестаньте мучить ребенка, уступите ему». А ему только этого и надо. Он кричит и требует еще настойчивее. Очевидно, что его демонстративное поведение и было рассчитано на бабушку. Но родители не позволяют ему добиться желаемого с помощью истерических выходок. В то же время они должны быть терпеливыми, компромиссными и уметь отделять маловажное от принципиального. Он просит игрушку, а ему уже отказали в покупке. Но если он уж очень хочет ее и просит об этом вежливо, следует уступить ему: «Ну, ладно, я не хотела тебе покупать, но ты сегодня был послушен, так и быть, пойдем к кассе».

Однако если дело дошло до того, что он улегся на тротуаре у витрины, колотит ногами и кричит во все горло: «Хочу!» — тут уж вы не уступайте. Истерогенное поведение ребенка, страдающего невропатией, в общественных местах нередко рассчитано не столько на мать, сколько на посторонних. Мать крепится, она понимает — уступи ему сейчас, и отныне каждое посещение с ним магазина превратится в кошмар. Но не тут-то

было. На [illegible]
Особенно ра[illegible]
типа: «У этих [illegible]
ребенок, ему и [illegible]
того, что порой [illegible] в [illegible] И [illegible]
мать, побежден[illegible]
дить с ним из дому [illegible]
чая, чтобы с криком [illegible]
месте.

Итак, не реагируя на «советы» прохож[illegible] дит, не оглядываясь. Ребенок [illegible] бежит вслед за ней. Мать, не [illegible] ждет его у первого же светофора. Нельзя перейти улицу, так как он помчится следом, не обращая внимания на движущийся транспорт. Мать молча берет его за руку и продолжает путь в молчании, потом, успокоившись, тихим голосом говорит: «Я тебя таким не люблю. Никогда ничего такими постыдными поступками ты не добьешься». Если он вырывает руку и матери его не перевести через дорогу, следует выбирать путь так, чтобы не пересекать проезжую часть, и пусть он бежит следом. Не следует обращать внимания на его крик, на высказывания прохожих. Догадавшись, что мама больше всего опасается его выхода на проезжую часть дороги, он может выбежать на нее. Тогда его берут на руки и несут домой. Когда он успокоится, с ним не разговаривают как можно дольше. Пусть он поймет, что виноват. Пусть научится видеть свое поведение как бы со стороны.

И если потакание всем прихотям ребенка вообще недопустимо при воспитании, то тем более недопустимо оно при воспитании ребенка с невропатией. Такого ребенка ни в коем случае нельзя воспитывать эгоцентрически, как кумира, «единственную радость». Его хвалят, когда он достоин похвалы, но не чрезмерно, его наказывают, но адекватно, его не демонстрируют, как вундеркинда, гостям. Он склонен общаться со взрослыми, особенно с добренькими, уступающими ему, восхищающимися и умиляющимися им «тетеньками и дяденьками», а ему необходимо освоить очень трудное для него общение со сверстниками. Общество взрослых перевозбуждает его.

В детский сад ему лучше пойти в 5 или 6 лет — в старшую или подготовительную к школе группу. Но одного-двух товарищей-сверстников, спокойных и

[illegible], для него следует найти до того, как он пойдет в детский сад.

Ребенок с невропатией быстро устает [illegible], не следует его водить на детские утренники, в парк. Там он быстро истощится от впечатлений, перевозбудится и это кончится или бессонной ночью, или он на несколько суток выйдет из строя, будет капризнее обычного. По телевизору ему можно разрешить смотреть только мультипликационные детские фильмы и, пожалуй, все.

Как уже говорилось, ребенок, страдающий невропатией, быстро развивается психически, но эту тенденцию не следует поощрять. Родители читают ему сказки, дарят игрушки по возрасту, давая информацию его пытливому уму, но не форсируют его умственное развитие, а уделяют больше внимания нравственному воспитанию. Его неустанно готовят к бесконфликтному и равноправному общению со сверстниками, укрепляют физически.

У невропатичного ребенка плохой аппетит. Для его стимуляции дают соленое, кислое, лекарственные травы, но не следует превращать кормление в некий культ, ходить на голове, чтобы дитя съело «еще кусочек». Это всегда непедагогично, а при невропатии у ребенка — и вовсе недопустимо. Пусть он лучше останется полуголодным. Дети с невропатией нуждаются в диете. Исключаются кофе, какао, шоколад, жареные, острые и пряные блюда, крепкий бульон. Мясо ограничивают, дают не чаще двух раз в неделю. В связи с предрасположенностью невропатичного ребенка к аллергическим реакциям родители осторожно вводят в рацион курятину, рыбу, яйца, ягоды, цитрусовые, виноград, мед и натуральное молоко. Эти продукты включают в диету последовательно, один за другим, чтобы знать, что именно может вызвать пищевую аллергию.

Невропатичные дети страдают бессонницей, однако снотворные препараты им противопоказаны. Такие лекарства вообще не назначают ранее 4 лет. Страдающие невропатией часто дают парадоксальные реакции на снотворные препараты и могут возбудиться, не спать всю ночь после приема фенобарбитала, димедрола, сибазона. Сон у них нарушен в течение многих лет, но не давать же ребенку годами снотворное!

Если бессонница у ребенка, как и нервность, вы-

ражена резко. Перед сном полезно дать ему понюхать пробочку от флакона с настойкой валерианы, повесить у изголовья кроватки марлевый мешочек с корневищами и корнем валерианы, листьями мяты перечной, шишками хмеля обыкновенного. Для детей старше 1 года можно применять настой из следующего сбора:

Валериана лекарственная
(корни и корневища) — 1 столовая ложка
Вахта трехлистная
(трилистник водяной — листья) — 1 столовая ложка
Мята перечная (листья) — 1 столовая ложка
Пустырник пятилопастный (трава) — 2 столовые ложки
Хмель обыкновенный (шишки) — 1 столовая ложка

Сбор смешать, 1 столовую ложку сбора заливают 1 стаканом крутого кипятка (в эмалированной посуде), нагревают в кипящей воде (на водяной бане) 15 мин, охлаждают при комнатной температуре 45 мин, процеживают. Настой хранить не более 2 сут. Применять по 1 десертной ложке для ребенка до 2 лет и по 1 столовой ложке — до 3 и более лет. Курс — $1^1/_2$ — 3 мес.

Чтобы ребенок заснул, следует подержать его на руках и успокоить, рассказать ему нестрашную сказку.

Ребенка успокаивает ванночка для ног продолжительностью до 15 мин. В тазик с горячей водой (42 °С) насыпают 6 столовых ложек морской соли. Воду следует подливать, поддерживая требуемую температуру. После ванночки надевают носочки хлопчатобумажные на 30 мин и укладывают малыша в постель. Полезно согревание головки ребенка ладонью в области затылка и за ушками, задней поверхности шеи. На ужин полезны манная каша, отварная капуста, мед (способствуют засыпанию).

Врожденная детская нервность при правильном воспитании проходит к 7—8 годам. Поэтому, если у ребенка невропатия, родителям следует проявить терпение. Спокойны родители — спокоен и ребенок. Спокойствие матери передается такому чувствительному ребенку так же, как и материнская нервность и возбудимость. Следует призвать на помощь все свое благоразумие в отношении к ребенку, если у него невропатия, так как в данном случае это необходимо как никогда. Если же родители способствуют развитию у ребенка с невропатией эгоизма, вспыльчивости, непомерной требовательности, истеричности, капризности,

5*

[illegible] обвисает на руках, или мышцы тела на [illegible] Длится это от [illegible] секунд до 3—5 мин. Затем спазм [illegible] прекращается, ребенок с силой выдыхает [illegible] у него возобновляется [illegible] сознание возвращается.

Заболевание начинается преимущественно во второй половине первого года жизни, а заканчивается в 3—4 года. Происхождение заболевания сложное. Чаще всего оно наблюдается у детей с невропатией, реже имеет наследственную природу или причина его коренится в повреждении центральной нервной системы в результате родовой травмы. При приступе следует действовать, как при обмороках у ребенка — потереть пальцем верхнюю губу, подбородок, поднести к носу ватку с нашатырным спиртом. Для предупреждения приступов и излечения данного заболевания рекомендуется прием в течение 6 мес подряд приведенного сбора лекарственных растений. В более тяжелых случаях врач назначает на 6 мес противосудорожные препараты.

Глава 6

НЕВРОЗЫ

ПРИЧИНЫ И МЕХАНИЗМ РАЗВИТИЯ НЕВРОЗОВ

В XX веке среди прочих проблем медицины отмечается и возрастание числа неврозов как у взрослых, так и у детей. Не излеченный в детстве невроз может исказить судьбу человека, отразиться на всей его жизни. Родители нуждаются в понимании причин развития невроза у своего ребенка, так как без этого не может быть ни предупреждения, ни его преодоления. Однако механизм развития неврозов сложен, но

наличие среднего образования у родителей позволяет надеяться, что при внимательном и заинтересованном прочтении материал будет воспринят адекватно.

В начале изложения этого сложного материала рассмотрим несколько историй болезни.

Встревоженная мать на консультативном приеме сообщает врачу: ребенок 10 мес после того, как заболел отитом — острым воспалением среднего уха, 3 дня кричал от резкой боли, а на 4-й явления отита прошли, но ребенка как подменили. Теперь он беспокоен, у него повышенная чувствительность к звукам и яркому свету, он вздрагивает и начинает плакать, когда, например, хлопают дверью, капризничает, не остается один, все время просится на руки. Плач у него жалобный, неутешный. Все ему не так — раньше он радовался, был улыбчивым, а теперь выражение его лица и поведение отражают постоянное недовольство. Он устал и сонлив, но уснуть не может. Он вроде бы засыпает, но вдруг испуганно встрепенется — и вновь начинает плакать. Ночью просыпается с криком. Появились срыгивания и даже рвоты после кормления, резко ухудшился аппетит, перестала увеличиваться масса тела. Мочеиспускание и стул учащены. Температура тела неустойчива и колеблется от 35,6 до 37,2 °С.

На приеме другая мать с такими жалобами: ребенок 2 лет начал посещать ясли, но привыкал к ним плохо, плакал, когда уходила мать, и непрестанно звал ее, к вечеру возбуждался, становился агрессивным, у него нарушился сон. Вскоре он заболел, и посещение яслей пришлось прекратить. Однако ребенок не стал спокойнее. Он изменился и теперь стал другим: боязливым, капризным, плаксивым, тревожным. Теперь он не остается один в комнате, бежит за матерью на кухню, пугается, когда выключают свет, засыпает только с ночником. Сон у него очень чуткий: вошла в комнату мать — он тут же проснулся со слезами. Стал требовательным: чуть что — слезы, капризы, крик, и ему никак не угодить. Уход матери на работу превратился для нее в муку. Ребенка приходится обманывать, отвлекать, но он быстро спохватывается и устраивает скандал. Сам к детям не подходит, а если какой-нибудь ребенок направляется к нему, тотчас же просится к матери на руки. Чужих боится, прячется за мать. Аппетит плохой, а если проявить настойчивость в кормлении, возникает рвота. Начинает мочиться в штанишки, если чего-нибудь испугается или понервничает. У него повышенная потливость, ладошки и стопы постоянно влажные, волосики на голове слипаются от пота, а ночью приходится менять пижаму и постельное белье. Когда плачет или возбужден, учащается и усиливается сердцебиение. В последнее время вдруг стал тянуть или повторять первый звук в слове.

На приеме третья мать с ребенком 5 лет. Она жалуется на то, что в последнее время он стал раздражительным, плаксивым, все ему не так, он сам не знает, чего хочет, стал крикливым, нетерпеливым, обидчивым. Он быстро устает, бледный, появилась синева под глазами, жалуется на головные боли, боли в груди, в животе, ногах. Пропал аппетит, и ребенок больше капризничает за столом, чем ест. Кормление превратилось в муку для него и для взрослых. Нарушился сон. Он хочет уснуть, но ничего не получается. Малыш извертится, укладываясь и так и этак, просит то погасить свет, то вновь включить, то не уходить, то оставить его

ошибо, плакать начинает плакать ... нуждается в нем, как никогда. Ночью он мечется в постели, просыпается, про... во рту. Ночью его будит любой шо..., ... проснуться, или пробуждается очень рано. И в том, и в другом ... чае просыпается неотдохнувшим. А все началось с того, что ... его единственный друг — щенок, с котор... ривал, о котором заботился, встречая ... Взрослые ... «...баку». Но он не хотел лучшую и очень переживал ... щенка ... сили объявления: «Пропала собака. Верните за любое вознаграждение». Но щенок так и не отыскался.

Итак, 3 истории болезни, и у всех трех детей ... Как будто все ясно: психическая травма вызвала невроз, и для одного такой травмой стала боль, для второго — направление в ясли, для третьего — ... вение любимой собаки. На самом деле все гораздо сложнее. Переносят боль, посещают ясли и детские сады и теряют домашних животных многие дети, но невроз возникает далеко не у каждого из них.

Отрицательные переживания неизбежны в жизни любого человека, но почему у одних людей они вызывают невроз, а у других не вызывают? Проблема происхождения и развития невроза до сих пор спорна. Автор, занимаясь проблемой детских неврозов более четверти века, пришел к твердому убеждению, что путь в невроз чаще всего начинается с подавления у ребенка его темперамента.

В процессе эволюции, в борьбе за выживание сформировались 3 наиболее целесообразных врожденных типа приспособления — холерический, сангвинический и флегматический темпераменты. Природа запрограммировала человека на определенный стиль поведения, мальчика на мужской, девочку — на женский, и ... по тому, как, родившись мальчиком, человек ... прожить мужскую жизнь, ребенок должен ... ваться и жить в соответствии со своим темпераментом.

Темперамент проявляется ярче всего в экстремальных ситуациях: при угрозе жизни или благо... ных ситуациях: при угрозе жизни или ..., в трудностях по достижению особо значимых ..., в жизненной борьбе, предписывая и обеспечивая ... индивидуальный стиль поведения. Действуя согласно своему темпераменту, человек преодолевает трудности наиболее эффективно. Действуя вопреки темпераменту, он поступает противоестественно. Воспитание ... детства формируют характер или в согласии ...

ментом, или вопреки ему, что противоестественно.

Врожденным является [illegible] инстинкт самосохранения. Он предписывает живому существу быть бдительным по [illegible] ности и [illegible] [illegible] диктуются темпераментом. [illegible] самосохранения [illegible] ского темперамента [illegible] сохранения у него выражен [illegible] быть осторожнее быстрого и [illegible] У холерика, с его мощным [illegible] сама природа определила роль [illegible] и бе страшного воина, инстинкт самосохранения [illegible] Таким образом, в ходе эволюции, [illegible] было мудро взвешено и согласовано. При [illegible] темперамента природные связи нарушаются. В [illegible] тате у холерика, например, инстинкт самосохранения обостряется, и холерик становится робким и осторожным. Однако робкий человек с темпераментом холерика — это уже не холерик, а дисгармоничная, нервная или трудная личность.

Чем более характер отклоняется от своей природной основы — темперамента, тем более темперамент подавляется характером, тем менее эффективно разрешаются трудности. В результате теряется такая черта характера, как мужественность. И оно взаимосвязано с темпераментом, поскольку в совокупности всех своих черт темперамент формирует мужество и достоинство в человеке. Ребенок с подавленным темпераментом закономерно терпит неудачи. Перестав быть мужественным, он теряет и уверенность в себе. А раз так, то обостряется инстинкт самосохранения. Ребенок становится все более робким, его обуревают сомнения, порождаемые неуверенностью в себе, тревожность превращается в черту характера, особенно сильно подавляющую темперамент, страхи возникают даже в тех случаях, когда бояться нечего. Неуверенный в себе, склонный к сомнениям и колебаниям, робкий, тревожный ребенок нерешителен, несамостоятелен, нередко инфантилен, повышенно внушаем. Неуверенный, тревожный человек всегда мнителен, а мнительность порождает недоверие к другим. Такой ребенок опасается других, ждет нападения, насмешки, обиды. Он не справляется с задачей в игре, с делом. И вот он уже одинок, замкнут, малоактивен или тре-

...щителен и тревожно-акти... Н... тревожный ребенок предрасположен ... педантичности. Детство — это пери... ности, энерги... ности. А перед нами — ... маленький старичок. Так формируется предневрозный характер — первый этап на пути к неврозу. Если в характере преобладают робость, п... ивность, замкнутость или тревожная общительность ... что нового? ... ничего не случилось?») к унынию, капитуляции перед трудностями, то это — слабый ребенок, нытик, маленький старичок, у которого наблюдается ... нию». Преобладание страхов, тревожности ... ности, нерешительности со склонностью к сомнениям и колебаниям, перестраховке, педантичности, замкнутости или тревожной общительности свидетельствует о боязливом, привязчивом, дотошном, рассудительном ребенке, у которого наблюдается предрасположенность к неврозу навязчивых состояний. Если в характере преобладают эгоистичность, несамостоятельность, инфантильность, внушаемость и истеричность, то это — эгоист, вечно недовольный, капризный и невыносимо требовательный, постоянно брюзжащий, демонстративно-протестный ребенок, и в этом случае имеет место предрасположенность к истерическому неврозу.

Подчеркнем, что все 3 формы предневрозного характера противоречат стилю и типу темперамента, исключают и подавляют его. В самом деле, разве могут быть холерик, сангвиник или флегматик нерешительными, пассивными, унылыми, нытиками от природы? Разве боязливость и тревожность, брюзгливость и эгоистическая требовательность, несамостоятельность и инфантильность — врожденно обусловленные качества? Разве такие качества помогают устоять кому-то в жизненной борьбе или полезны обществу? Ребенка... тревожность, мнительность еще более заостряют ... инстинкт самосохранения. Он неправомерно начинает занимать центральное место в отношениях к себе, к другим людям и к жизни, не оставляя места ... любого из трех типов ... стической направленности ...

... темперамент, характер ... рамента.

Однако ... Ее также характеризуют ... формирующейся личности ... переживания и ... притязания, отношения, переживания ... Говоря о человеке, необходимо остановиться ...

в его жизни неосознаваемой сферы психики, без чего не постичь механизмы не[illegible]

У человека как бы 2 уров[illegible] ности — осознаваемая и нео[illegible] век мыслит произвольно, размышляя о т[illegible] него в данный момент важно, контролируя [illegible] размышлении и направляя их. Ем[illegible] он обдумывает ответ на него. И [illegible] функция сознания — осознава[illegible] Одновременно, не подозревая об это[illegible] ступно, в состоянии бодрство[illegible] над своими проблемами, решает [illegible] задачи, и эти процессы совершаются [illegible] сфере человеческой психики. Дале[illegible] будет использоваться лишь термин «неосо[illegible]» как синоним неосознаваемой сферы психики. И [illegible] в этой сфере психики как раз и заключены меха- низмы развития невроза. В нерасторжимом единстве с сознанием и при безусловном главенстве сознания не- осознаваемое обеспечивает нормальную адаптацию человека в окружающем мире. Сознание контролирует в каждый данный момент лишь одну проблему. На- личие наряду с сознанием и неосознаваемого обеспе- чивает приспособительно важную возможность одно- временно разрешать 2 и более актуальные проблемы.

Перед человеком всегда стоят как неотложные, сиюминутные задачи, так и долгосрочные, столь же не- отложные проблемы. Сознание занято частной повсед- невной задачей, а в неосознаваемом решается акту- альная долговременная проблема; сознание занято долговременной проблемой, а человек идет или делает что-то привычное, и именно неосознаваемое обеспечи- вает автоматизм его действий и контроль за ситуа- цией.

Сознание может быть занято какой-то определен- ной жизненной ситуацией, а в неосознаваемом неот- ступно другое, как правило, стратегически более существенное для человека, особенно то, что непосред- ственно таит для него угрозу. Если человек неравно- душен к кому-то, то, несмотря на занятость, учебу, работу, этот кто-то постоянно в его неосознаваемом: как он смотрел, как слушал, о чем говорил. Человек потому и может позволить себе роскошь поговорить о незначительном, думать об отвлеченном, смотреть фильм и читать книгу, что неосознаваемое бессменно

[illegible] раже его интересно, что в нем [illegible] ная работа и она [illegible] подвергает исследованию все альтернативы, чтобы помочь разрешить проблему и предоставить сознанию ответ, решение, направить его на верный путь или предупредить об опасности. Работа [illegible] порождает, например, [illegible] озарения изобретателя или [illegible] догадки, интуицию.

Полноценное приспособление человека к жизни обеспечивается тем, что вся информация, которая поступает с момента рождения при помощи органов чувств в форме ощущений, образов и слов, фиксируется как собственный жизненный опыт и как восприятие бесценного опыта, знаний и культуры прошлых поколений. Неосознаваемо воспринимается все, что человек видит, слышит, обоняет, осязает, ощущает, и все это запечатлевается в неосознаваемом. Но и воспринятая сознанием информация, потеряв в какой-то момент актуальность для человека, переходит в неосознаваемое, как бы перемещаясь из центра на периферию. Из воспринятого неосознаваемым ничто не пропадает, все сохраняется как бесценные знания и опыт. Малыш не помнит, что было с ним до 3—4 лет, но все это в его неосознаваемой памяти, и он ничего не забывает! До 5 лет он кого-то любил и кого-то боялся, испытывал радость и обиду, тревогу, страх. Все это ушло в неосознаваемое, но будет влиять на отношения, переживания, на поступки и поведение всю жизнь. Он любил и отвергал, и в неосознаваемом сохранилось — что и кого. Отсюда неосознаваемые симпатии и антипатии взрослого. Нельзя обижать малыша. Он не будет помнить, как и когда это было, но в неосознаваемой сфере психики у него навсегда запечатлеется — мама или папа обижали его. Взрослая женщина заявляет нам, что ей стыдно за свое отношение к матери. Она любит мать, но ничего не может поделать с раздражением, которое возникает у нее, как только она ее видит и слышит. Причина этого в том, что мать была с ней сурова в раннем детстве, и отношение матери вызывало эмоции страха и неудовольствия.

Ребенок испытывал сильный страх, и человек, уже будучи [illegible] опасается причин, вызвавших его.

взрослым. Малыша повстр [illegible]
тельняшке, который нес ящик на [illegible] его
голову и глядя через щель в нем. Вместо головы —
ящик! Ребенок пережил потрясение [illegible]
шийся с полосатым [illegible] тельняшкой. Он [illegible]
с ящиком на голове, но навыки [illegible]
перед всем полосатым остался. Встреча [illegible]
(«зебра» переходной дорожки [illegible]
стинчатые жалюзи на окне [illegible]
страх, головную боль, ощущает [illegible]
мая причины этого. Так возникла [illegible].

Все то, что ребенку веско и эмоционально [illegible] ли в детстве, становится неосознаваемой [illegible]. Мать внушила, что хорошо и что плохо. Быть может, она заблуждалась и то, что внушено ею, было ошибочным. Сын или дочь стали взрослыми, у них более высокий уровень сознания, чем у матери, они прожили другую жизнь, но внушенные матерью установки остались и воздействуют на их отношение к жизни, поведение. И если то, что внушила мать, принято и их сознанием, то они воспринимают все в жизни «по маме». Если же принципы их сознательного отношения к жизни противоречат тому, что внушила мать, эти принципы борются с неосознаваемыми установками. Мать или отец ненавидели соседа. Такое запечатлевается неизгладимо, ведь ненависть — сильное чувство, и сыну, таким образом, была внушена установка. Он забыл соседа, но через много лет в возникшей по пустячному поводу драке почему-то пришел в неистовство и изувечил сына соседа. Происшедшее нелепо, непонятно не только всем, но и ему. Трагическую роль в этом сыграла его установка. Так отношения у родителей к чему-то или к кому-то становятся установочными отношениями у их детей.

Установкой становится и эмоционально пережитое в детстве, собственный жизненный опыт. Ребенок обжегся. Возникла установка «Это опасно». И он всю жизнь осторожен с огнем, горячими предметами. Малыша напугали в подъезде, или он оказался в темном месте, где пережил сильный страх. Возникла установка, которая питает болезненный страх перед подъездом, темнотой. И такой человек чувствует себя неуютно в пустом подъезде, в темноте, избегает того и другого. Ребенка унизили в какой-то ситуации. Возникла установка — подобных ситуаций следует избегать. Малыша

тяжко обидел длинноволосый подросток, и [illegible]
ным, он неосознаваемо испытывает пре[illegible]
длинноволосым подросткам. Установки [illegible]
[illegible] И
мится [illegible]
обеспечивал успех [illegible] при
неудаче. Человек «обрастает» установками [illegible]
даже осознавая проблему, [illegible] при ее раз[illegible]
нии сильное воздействие установок. Если жиз[illegible]
задача решается с ориентацией [illegible]
преки установкам, человек [illegible]

У ребенка под влиянием [illegible]
людей, жизненных обстоятельств [illegible]
ние к самому себе. Его унижали [illegible]
к себе может быть самоуничижительным [illegible]
мерно восхваляли, и он станет самоуверенным [illegible]
ное или горестное из пережитых в детстве [illegible]
формирует установки предпочтения, выбора [illegible]
убеждения, запрета чего-то. Детство ребенка эмоцио-
нально насыщенно, и пережитое в этот период
обретает силу обязательных правил, которым он [illegible]
всю жизнь. На каждый жизненный случай [illegible]
образом, есть установки: это делать можно, это
нельзя; это хорошо, а это — плохо, это безопасно,
это — опасно.

Существует бесчисленное множество установок.
Жизнь порождает их каждодневно. Одна установка
приводит к появлению другой, они становятся взаимо-
связанными. Установки могут быть гармоничными, [illegible]
могут и остро противоречить друг другу. Отец [illegible]
«Борись, не уступай!», мать «Лучше уступи, [illegible]
рожен». Родители внушали одно, а жизнь [illegible]
гому. И в борьбе одна установка — отца [illegible]
в атаку», а установка матери — [illegible]
окопа». То, чему учили дома, побуждает [illegible]
правому, но сильному, а то, чему [illegible]
роться, и побеждает более сильная, более веская
эмоциональная установка. Не исчезает ни одна [illegible]
но они различны по силе. Побеждает [illegible]
установок, образующих систему [illegible]
неосознаваемую направленность личности [illegible]

Над робким довлеют установки [illegible]
осмотрительность, над мужественным [illegible]
в борьбу. Если формируется система установок [illegible]
рая во многом определяет направленность [illegible]

человека, то становит [illegible] новок с характером. Добр [illegible] это установка на отношени [illegible] роде. Неуверенность в себе [illegible] это самоуничижительная установ [illegible] силы и возможности. Тревожность [illegible] тера — это пессимистическая установка [illegible] она представляется как препен [illegible] ностей

И в характере просматривается та ж [illegible] рождения одной чертой других и их в [illegible] Неуверенность порождает тревожность и нерешительность, а они, в свою очередь, формируют соответствующий характер Установки, таким образом, во многом определяют направленность характера и его особенности, и если установки противоречат темпераменту, то характер подавляет его. Таким образом, при неправильном воспитании против темперамента выступает неосознаваемое с его установками. Холерик по своему темпераменту должен быть решителен, но согласно своим установкам он осторожен. И он отступает перед трудностями, действует как нерешительный человек.

Установочное отношение к себе как к слабому, неумелому, несведущему порождает в результате общую установку на неуверенность в себе. Напротив, установочное отношение к себе, выраженное формулой «я могу», трансформируется в общую установку на уверенность. Уверенность или неуверенность в себе формируют самооценку. При эгоцентрическом воспитании ребенку внушили, что он гениален. И поскольку это произошло в первые годы жизни, он навсегда принял на веру восхищение им, поверил, что гениален. Сложилась завышенная самооценка, которая приобрела опять-таки силу установки. Но иллюзия рухнула при столкновении с действительностью, которая жестко поставила все на свои места, дав объективную оценку истинным психофизическим возможностям «гения». Объективная оценка оказалась ниже неосознаваемой. Возникла новая разочаровывающая осознаваемая самооценка.

Первую, неосознаваемую, самооценку можно назвать истинной, поскольку она долговременна, она — установка. Осознаваемая самооценка колеблется в зависимости от конкретных успехов и неудач. Человек добился чего-то, проявляя ум, силу, твердость, — и

осознаваемая самооценка повышается. Человек потерпел неудачу, допустив просчет, и возникает чувство досады, начинается самобичевание — осознаваемая самооценка снижается. Можно назвать ее самооценкой сегодняшнего дня.

Родители внушили ребенку, что он — «гадкий утенок». Сформировалась заниженная самооценочная установка, и умный ребенок начинает считать себя безнадежно глупым, красивый — безобразным, ладный — нескладным. И такому ребенку уже не стать смелым, решительным, уверенным в себе. Он стесняется самого себя, затаенно и мучительно презирает себя, чувствует вину перед сильными и красивыми родителями. Какое тяжкое переживание, какой мучительный путь впереди у такого ребенка! Ему закономерно угрожает невроз.

Если одна из позиций сознания противоречит другой, неизбежно возникает внутренний конфликт. Жизнь часто ставит человека перед необходимостью выбора. От того, что он выбирает, может зависеть его судьба. Выбор труден, и человек или решается на него, или нет. Не решаясь на что-то, очень желаемое и важное, человек переживает внутренний конфликт. Внутренний конфликт — это также столкновение позиций сознания и установок в неосознаваемой сфере психики. Так, к примеру, у ребенка сложился осознаваемый принцип «Надо помочь Пете в его борьбе, потому что он прав». Однако из неосознаваемого, от внушенного мамой, мощно звучит: «Не вмешивайся, целее будешь!» Ребенок в смятении, ему стыдно за себя, но почему же тогда ему так страшно вмешаться? Когда говорят о столкновении разума и чувств, речь как раз идет об этом. Например, страстное желание в сознании — «хочу», а установка останавливает: «это стыдно, нельзя, недостойно». В сознании повелительный стимул — «надо», а из неосознаваемого установка: «не надо, опасно» — и ребенок растерялся. Или, наоборот, в неосознаваемом звучит внушенная отцом установка «товарища надо выручать из беды любой ценой». Однако сознание этого ребенка ориентировано на невмешательство. И он, решая умом, остается в стороне, не вмешивается, но внушенная отцом установка будоражит его, вызывает у него стыд. И ребенку становится тяжело, его мучают угрызения совести. Каждый человек может испытывать подобное, если в сознании у него одно, а в неосознаваемом — другое. Так рождаются нерешитель-

ность, тревожность. Ребенок боится совершить ошибку, в нем нет уверенности цельного человека, когда при необходимости сделать ответственный выбор его темперамент, неосознаваемые установки, характер и позиции, принципы сознания едины.

Внутренний конфликт — это также борьба самих установок, и тогда он целиком неосознаваем. В ребенке два мощных влияния могут породить две равноценные системы установок. Одна подвигает вперед, вторая предписывает пассивность, уступчивость. В согласии с первой системой ребенок делает шаг вперед, но мобилизуется вторая система, вызывая эмоции страха, и он тут же отступает. Но первая система установок не исчезает, пробуждая стыд, апеллируя к чувству долга, ответственности, совести. Ребенок мечется, его мучает внутренний конфликт противоречивых установок, его мучают сомнения.

Внутренний конфликт — это и борьба установок с темпераментом. По своему темпераменту ребенок на обиду ответил бы дракой. Но установка «нельзя», «а что будет?» заставляет его уступить обидчику, отказаться от того, чего он желает, подавить в себе эмоцию гнева, заставляет смириться с несправедливостью. По темпераменту ребенок действовал бы, решился бы, но установки парализуют его. Однако подавленный темперамент не исчезает. И ребенок обречен на борьбу со своим темпераментом. Темперамент предопределяет индивидуальность человека, а с этим — потребность в ее сохранении, из которой рождается чувство достоинства. Чувство достоинства, в свою очередь, направлено на сохранение индивидуальности, темперамента и его приспособительной социальной направленности. Оно всегда подвигало индивидуума навстречу опасности и заставляло встать сбитого с ног, если он еще мог подняться. Без достоинства нет человека, нет личности. При подавлении темперамента и обострении инстинкта самосохранения подавляется и чувство достоинства. Безопасность в таком случае достигается не борьбой, а отказом от чувства достоинства. Но чувство достоинства неистребимо в человеке, и подавление его приводит к тягостным переживаниям унижения, капитуляции.

Чувство достоинства, как и право человека быть самим собой,— великие социальные ценности. Родители, естественно, хотели бы, чтобы их дети были

разумны и осторожны, но при этом сохранили свою индивидуальность и чувство достоинства, что звучит в гордом: «В нашем роду не было трусов и подлецов». Однако это несовместимо, если установки противоречат сохранению достоинства. Вот и возникает при подавлении темперамента установками конфликт отказа от темперамента с потребностью во что бы то ни стало сохранить чувство достоинства. За установками, подавляющими темперамент, стоит обостренный инстинкт самосохранения — стремление к достижению безопасности прежде всего. И это конфликт установки на «безопасность прежде всего» с установкой на то, что «достоинство прежде всего». Решая в пользу сохранения достоинства, человек испытывает тревогу, страх. Решая в пользу безопасности, страдает от чувства унижения, стыда.

Внутренний конфликт — противостояние осознаваемых притязаний, желаний и неосознаваемой самооценки. В сознании «хочу», но из неосознаваемого мощно звучит «не смогу». И «не смогу» останавливает, вяжет по рукам и ногам. Чувство достоинства поддерживает притязания, но стремление к безопасности подавляет их, если борьба за их достижение чем-то угрожает. Ребенок стремится к самоутверждению среди сверстников, но, будучи тревожным, вынужден отказаться от этого, что порождает у него чувства стыда и несостоятельности. Подавление темперамента и чувства достоинства приводит к переживанию эмоций гнева, враждебности, отвращения, презрения, в том числе к самому себе. Подавление инстинкта самосохранения и вытекающего из него стремления к безопасности порождает эмоции тревоги, страха, отчаяния. Но и сами эмоции подавляются, особенно агрессивные. Однако и подавленные эмоции не исчезают. Подавленные эмоции будоражат ребенка, подогревают внутренний конфликт. Подавление эмоций отнюдь не способствует и сохранению здоровья. Ребенок переживает чувства страха и гнева, неуверенности в себе и досады. Внутренний конфликт порождает у него тревогу и депрессию.

Внутренний конфликт, таким образом, всегда — проблема выбора. Ребенок, как и взрослый, выбирает между желаниями и реальностью, между удовлетворением запретного желания и угрозой наказания за это, между двумя взаимоисключающими друг друга жела-

ниями, когда и тем, и другим не поступиться, между двумя опасностями — Сциллой и Харибдой. Переживания, связанные с необходимостью выбора, усиливаются, если ребенок нерешителен. Разрешение конфликта затягивается, что еще более парализует активность ребенка. Еще более усиливается чувство несостоятельности. Так возникает порочный круг, когда уже не обойтись без успокаивающих лекарств, транквилизаторов и даже антидепрессантов, и они все чаще назначаются дошкольникам.

Тревожность окрашивает в мрачные тона отношение к себе, другим людям и действительности. Ребенок уже не только неуверен в себе, но и недоверчив ко всем и к каждому. Для себя тревожный ребенок не ожидает ничего хорошего. И все это при обостренном и больном чувстве достоинства. Теперь он все преломляет через призму тревожности, мнительности. Трое сверстников в коридоре школы говорят о своем, но тревожный ребенок полагает, что говорят о нем и, конечно, только плохое. Он подходит, упорно стоит, вызывая недоумение ребят и испытывая чувство стыда. Но отойти в сторону, отрешиться от тревожной мнительности он не в силах. То же происходит и со взрослым. Он, например, уходит последним из гостей, хотя у него неотложные дела, потому что уверен: стоит ему уйти, о нем обязательно заговорят, при этом непременно плохо. Самое важное для тревожного человека — а вдруг он еще и упустит информацию, угрожающую его безопасности. Если какому-то человеку поздно вечером позвонили по телефону и сказали, что завтра при личной встрече ему сообщат нечто важное, о чем нельзя сообщить по телефону, а он, снедаемый тревогой, не в состоянии дождаться утра и приезжает к позвонившему ночью, то у него тревожный характер и у него может возникнуть невроз.

Внутренние конфликты у детей возникают с момента постижения понятий «можно» и «нельзя», «хочу» и «нельзя». Неосознаваемые переживания человека принципиально постижимы. Неосознаваемое — неотъемлемая часть психики, в которой доминирует сознание, и поэтому неосознаваемые установки и внутренний конфликт могут быть осознаны. Данное положение принципиально важно само по себе, принципиально важно и в практическом смысле, поскольку такое осознание обусловливает излечимость неврозов. Путь изле-

...нове внутреннего конф...

Итак, у ребенка пре... ...ний черт его характера, способствующих ... невроза. Это — первый этап продвижения ... Радикалов предневрозного характера ... кий, тревожно-мнительный и эгоистично ... ный. Основы личности формируются уже ... При наличии у ребенка одного из трех ... предневрозного характера с 5—6 лет его ... неуверенность в себе и чувство мнимой или реальной дефектности, переживание нереализованности притязаний и ущемление чувства достоинства, имеет ... внутренний конфликт. С 5—6 лет, таким образом, возникает второй этап продвижения к неврозу — предневротическое формирование личности. Но это еще не невроз. Для того, чтобы он возник, нужна психическая травма.

Ребенок переживает огорчения, терпит неудачи. Они могут вызывать состояние кратковременного и даже длительного стресса, но психотравматизации не происходит. Так, годовалый поминутно стукается головой, но сотрясение головного мозга может быть один раз на сотни таких эпизодов. Острая психическая травма — переживание, обостившее наиболее значимый для ребенка внутренний конфликт. Предневрозная направленность формирования личности и определяет, какой из глубинных конфликтов решающий для ребенка. Так, при продвижении к неврастении более всего мучает борьба неосознаваемой самооценки на несостоятельность («не могу») с осознаваемой («могу»), притязаний («хочу!») и установки («не могу»), социального («надо») и опять-таки неосознаваемого переживания («не получится»). Подавленные темперамент и чувство достоинства побуждают реализовать «могу», «хочу» или «надо» тем сильнее, чем более они подавлены, поскольку то, что ущемлено, будоражит, лишает дитя покоя. Ребенок решается реализовать желаемое или необходимое ему, однако следует не победа, а сокрушительная неудача, тяжелое унижение, чувствительное поражение. Все это остро выявляет несостоятельность, и все это, в данном случае,— острая психическая травма. Ребенок старался, к оценке своих усилий он относился болезненно, а результаты его труда оценили как плохие. Над ним посмеялись, или его тяжело унизили,

[illegible] постыдную слабость, беспомощность. Он [illegible] растерян, окончательно разуверился в себе. До этого события он колебался — решиться или нет. Теперь колебания кончились. И в первом, и во втором случае он принял капитулятивное «не могу», он соглашался с принижением чувства достоинства, хотя в глубине души он сохранил веру в то, что «могу», «имею право», «хочу». Однако психическая травма, склонившая чашу весов в пользу «не могу», теперь звучит в нем постоянно. У него начался невроз, в данном случае — неврастения.

При продвижении к неврозу навязчивых состояний наиболее значим внутренний конфликт притязаний, чувства достоинства и установок на «безопасность прежде всего». «Надо», «хочу» сталкиваются с установкой «опасно». В таком случае психическая травма — это потрясающий испуг, внезапное тяжелое заболевание, госпитализация, насилие, т. е. то, что несет в себе угрозу жизни. Безопасность для тревожного и боязливого ребенка тесно связана с благополучием родителей. Он мучительно не уверен в себе и надеется только на них. Девятилетний ребенок с неврозом навязчивых состояний, у которого умерла мать, сказал нам: «Живу, пока жив отец». И мальчик мучительно страдал, если отец хотя бы на минуту опаздывал с работы, подолгу стоял на остановке, ожидая его. Болезнь или любая другая угроза родителям, все, что грозит благополучию семьи, преломленное через «безопасность прежде всего»,— острая психическая травма для такого ребенка. Как правило, эти дети сверхсоциальны. «Надо» звучит у них настойчиво. Они мечутся между «надо» и стремлением к безопасности. Психическая травма потрясает ребенка, и после нее все решается в пользу безопасности.

При продвижении к истерическому неврозу установки и черты характера эгоцентричны. Темперамент подавлен в своей общественно необходимой сущности, в альтруизме. Соответственно заострены его индивидуалистические и агрессивные черты. В установках преобладает «я хочу», инстинкт самосохранения трансформируется в эгоистические установки, когда в помыслах только собственное благополучие, а чувство достоинства — в незыблемую уверенность в своей правоте. Неосознаваемая самооценка у такого ребенка завышена. Зафиксировался и механизм достижения же-

своего, буквально б[illegible]

Внутренний кон[illegible] конфликт эгоистиче[illegible] желаний с [illegible] требованиями и оцен[illegible] «нельзя», «стыдно». Однако до возникновения [illegible]ской травмы такой ребенок, [illegible] все-таки умеряет свои эгоистические [illegible] щается при явной своей неправоте. В [illegible] просто, и лишь циничный человек бра[illegible] ностью. Никто добровольно не призна[illegible] ным. Такое скрывается от других, а при [illegible] и от себя самого. Человек искренне считает, [illegible] действительно прав, и болезненно относится к [illegible]крытию своей неправоты. Поэтому и истеричный ребенок полон противоречий, и у него происходит внутренняя борьба. Он отлично знает, что такое «надо», «нельзя», «стыдно». Однако если других он немедленно уличает в неправоте, эгоизме, несправедливости, то по отношению к самому себе это сделать труднее. И до появления психической травмы он лавирует между желаемым и тем, что необходимо выполнять вопреки желанию.

Острой психической травмой для такого ребенка является то, что принципиально противоречит его «хочу» или «не хочу». Как правило, это резко возросшие требования к нему, когда с его «хочу» и «не хочу» перестают считаться и его эгоизму дают бой. Подобное происходит в дошкольном учреждении, в школе. Попадая из домашней ситуации, где требования ко всем предъявлял он, в ситуации, при которых он сталкивается с жесткой требовательностью к нему, при возникновении жизненных трудностей в семье, когда уже не до его желаний и капризов, когда условия его жизни ухудшаются, наказание для такого ребенка ошеломительно: «Кого наказали? Меня?!». Бескомпромиссное уличение его в неправоте воспринимается им как ужасающая несправедливость. Такой ребенок истерически «уходит в болезнь». К «хочу», «не хочу», «я прав», «мои требования — прежде всего» прибавляется «потому, что я болен». И это — формирование истерической формы невроза.

Острая психическая травма может и в результате одного эпизода привести к неврозу. Подобное происходит только в тех случаях, когда она психически потрясает ребенка до такой степени, что мгновенно

изменяет его, подавляя темперамент, изменяя несозревший характер, приводя к острому чувству несостоятельности. В результате так же мгновенно образуется новая и очень сильная установка, которая подавляет предыдущие установки на отношение к себе. Ребенок был уверен в себе, смел и решителен, а стал боязливым, робким, нерешительным. У него возникло чувство неуверенности в себе. Неуверенность в себе породила нерешительность, а это приводит к возникновению внутреннего конфликта. Характер психической травмы определяет в подобных случаях форму невроза. Если ребенка нестерпимо унизили, если он потерпел потрясающую неудачу, у него возникает неврастения, если его сильно испугали, он пережил ужас, угрозу жизни или благополучию — у него возникает невроз навязчивых состояний. Если угроза интересам эгоцентрически воспитанного ребенка была очень сильной, мы наблюдаем путь в истерический невроз.

Остро возникающий невроз основывается на остро возникшей установке: «я ничего не могу, я слаб!», «это таит опасность» — или: «я больной, а поэтому имею право на снисхождение и поблажки!». Пережитое потрясение со временем уходит из сферы сознания, «забывается», но остается в неосознаваемом, откуда побуждает к невротическому реагированию, направленному против того, чтобы было допущено повторение подобного переживания. Если поэтапно развивающийся невроз — пирамида, стоящая на основании, то возникший мгновенно — пирамида, стоящая на вершине. Создав конкурирующую установку, которая подавит установку, вызванную психической травмой, такой невроз можно излечить столь же быстро, сколь драматически быстро он возник. В случае с ящиком и тельняшкой невроз удалось купировать, многократно обыграв ситуацию. Мы надевали тельняшку и ящик, делал это и больной. Он вспомнил потрясший его эпизод, в конце концов ситуация стала комичной и вызвала смех, страх «полосатого» исчез. Установка «берегись всего полосатого и необычного» была подавлена новой: «такое не страшно!».

Классическое возникновение «мгновенного» невроза прослеживается в случае с ребенком, который забрался в холодильник, а дверца захлопнулась. Он бился телом о дверцу, но она не открылась. Ребенок испытывал холод, его пугала темнота, мучила нехватка воздуха

Он кричал до потери голоса. Он [illegible] что они [illegible] [illegible]нок замер, [illegible] а они не [illegible] [illegible], спасли, как будто утешили [illegible] [illegible]сировалась в [illegible]ваемом и возник[illegible]новка «Берегись двери [illegible] темноты» [illegible]ний». Он был потрясен [illegible] своей беспомощностью, открытием того, что [illegible] всесильными взрослые могут не [illegible] на помощь. В клинической картине его [illegible]ливо прослеживается психическая травма [illegible]вязчивый страх замкнутого пространства (лифта, [illegible]довой, ванны), автоматически закрывающихся дверей, темноты. Его излечили многократным пребыванием с ним вдвоем в большом холодильнике, вначале с освещением, потом без освещения, постепенно приучая ребенка к спокойному пребыванию в нем в одиночестве со светом и, наконец, без света. Таким образом излечение — возникшая установка «все это не страшно!».

Хроническая психическая травматизация воздействует постепенно, методично, как капли точат камень. Она может быть не сильной, но изматывающей медленно и верно, ударяя в одну, но самую значимую для данного ребенка точку. Ребенок обидчив — его постоянно обижают, он пуглив — его запугивают. Она может сама по себе, воздействуя длительно, привести к неврозу «от» и «до», этап за этапом. В этом случае одно из звеньев хронической психической травматизации воздействует подобно острой психической травме, как последняя капля, переполнившая чашу долготерпения.

Говоря о психической травме, следует заметить, что она не всегда очевидна, особенно у детей. То, что взрослые и не заметят, например, шутливую борьбу подростков, у ребенка может вызвать психологический шок. В то же время ребенок не всегда способен понять, что разыгравшаяся на его глазах ситуация — трагедия. У детей свои понятия о том, что страшно, опасно, а что не стоит внимания, как и свои понятия, что важно и что ценно. Так, известен случай, когда ребенок, пробираясь в винный склад, сливал марочный коньяк, сдавал пустые бутылки и покупал мороженое, другой обменял лотерейный билет, по которому был выигран холодильник, на ежика. Третий

малыш, видя тяжелую болезнь бабушки, взял у нее обещание, что она не умрет, и успокоился, поверив такому обещанию. Девочку несправедливо обвиняют в краже, и одноклассники объявляют ей бойкот. Отец решительно заявляет: «Чепуха, ты не виновата и плакать нечего!», отложив объяснение с учительницей на следующий день, а девочка принимает смертельную дозу снотворного накануне вечером.

У ребенка свой, очень сложный внутренний мир, и его следует понимать. Например, отец злоупотребляет алкоголем, а у его сына возник невроз, и причина его как будто бы ясна: пьянство отца для данного ребенка — психическая травматизация, которая привела к неврозу. Но отец злоупотреблял алкоголем еще до рождения ребенка, который никогда не видел отца трезвым и полагает, что так и должно быть. И причину невроза у данного ребенка следует искать в другом. Ревнивая женщина винит в неврозе ребенка мужа: «Это его похождения измучили дочь». Муж, в свою очередь, полагает: «Ворчливость и несдержанность жены измотали меня и дочь». Но для девочки «похождения» отца непонятны, а мама любима. А главное, распри родителей обычны для этой девочки, она привыкла к ним, и они ее не травмируют.

Мать может ввести в заблуждение врача, настойчиво указывая на сложные внутрисемейные отношения как на причину невроза у ребенка. С одной стороны, это более всего значимо для нее самой, и она искренне полагает, что все это так же значимо и для ребенка. С другой стороны, осознаваемо или неосознаваемо она побуждает врача вмешаться и «призвать к порядку» мужа или свекровь, которые «довели до невроза ребенка». Однако источник невроза может быть в другом, и врач, следуя по ложному пути, не сможет излечить его. В то же время неблагоприятная семейная ситуация может привести к хронической психической травматизации ребенка, если он тревожен, впечатлителен, чрезвычайно привязан к отцу, а в семье назревает разлад, развод. Тогда он интуитивно улавливает угрозу ранее, чем ее осознает его мать, и у него возникает невроз. А мать в этом случае указывает на другие возможные переживания, невольно дезориентируя врача. Вскрытие же истинной психической травмы — обязательное условие излечения невроза. И, конечно, не понимая всей сложности возникновения неврозов у де-

[illegible] и, невозможно предотвратить развитие невроза у [illegible]

Нередко к неврозу приводит целый ряд психотравмирующих обстоятельств.

Так, девочка 6 лет, испытывающая навязчивый страх [illegible] ти матери, убегает из детского сада, едет [illegible] в трамвае, потом в троллейбусе, чтобы убедиться [illegible]. Причины — ряд психических травм у тревожной девочки [illegible] в одно острое переживание. В течение 1 месяца она [illegible] пала под машину и, хотя не пострадала, была испугана [illegible] шествием и яростной реакцией шофера, который [illegible] угрожал ей, присутствовала на похоронах любимой бабушки, отец, злоупотреблявший алкоголем, в ссоре с матерью грозил ее убить. Девочка столкнулась со смертью, агрессией, угрозой смерти. Все слилось в одно, непереносимое для нее ожидание: она может потерять мать. Бабушка умерла, отец отдалился от семьи, стал как чужой. Все благополучие, безопасность этого тревожного ребенка — в матери. Возник невроз, и его корни, форма и клиническая картина понятны.

НЕВРАСТЕНИЯ

Одна из форм невроза — неврастения. При неврастении неуверенность в себе, робость парализуют ребенка. Он пассивен и капитулирует перед трудностями, не пытаясь их преодолеть. Однако родители не только заставляют его учиться, но и требуют от него высокой успеваемости. И он выполняет задание с их помощью, под их диктовку, а на уроке молчит, будучи уверен, что ничего не знает, и тихо сообщает учительнице об этом. Потом он обреченно бредет домой, с поникшей головой выслушивает упреки родителей, покорно следует за ними к письменному столу, часами сидит за ним,— но все безуспешно. Он не ленится, он просто заранее не верит в успех, не доверяя своему уму и своим рукам. Естественно, его ждет новая неудача, и он безропотно воспринимает ее как закономерность. Всегда и во всем он уступает сверстникам и уныло стоит в уголке, когда они играют. Они ему кажутся сильными и умными. Он сдается без борьбы, не делает попытки защитить себя и, страдая, уступает в том, в чем не хотел бы уступить.

Однако приспособление — жизненная необходимость для каждого человека. Приспосабливается и страдающий неврастенией, но по-своему. Естественно и достойно ему этого не сделать, поскольку в нем подавлен его темперамент, а с этим — и его уверенность в себе. Страдающий неврастенией приспосабли-

ется, как раз капитулируя. Он отказывается от притязаний, он не конкурент. Всем своим видом и поведением он как бы говорит «Я болен, никого не трогаю, оставьте и меня в покое» И его оставляют в покое Он ничего не требует, и от него ничего не требуют Более того, все, даже дети, защищают его Ему начинают во всем уступать На него не возлагают ответственности, а именно этого он более всего желает Его не критикуют и не обвиняют, а так как он обидчив, раним, у него ущемлено чувство достоинства, то это его вполне устраивает Как видно, он «неплохо устроился», согласившись на роль больного, однако это его не радует. Такое приспособление (в данном случае — через капитуляцию) — проявление невроза, его принципиальный специфический признак.

Как указывалось, стержень невроза — внутренний конфликт. Внутренний конфликт раздваивает человека, делает его контрастным. Психическая травма привела к доминированию одной стороны внутреннего конфликта («не могу»), но вторая, ущемленная («хочу», «могу»), не исчезла. Она воздействует и проявляется, и невротик эмоционально и поведенчески нестабилен. Контрастность и нестабильность — второй специфический признак невроза (кроме истерического)

Ребенок, страдающий неврастенией, как будто бы и отказался от притязаний и ни на что не претендует, но в душе он не отказался от своих притязаний и никогда от них не откажется. Притязания, чувство достоинства подавлены, но не исчезли. Победила тенденция к капитуляции, но он продолжает жаждать того, от чего отказался. В результате он отказывается от реально достижимого и вдруг, как бы бросаясь головой в омут, пытается достичь недосягаемого. Он уступает заведомо слабейшему — и внезапно со слезами, в отчаянии бросается на сильного. Он тихоня — и вдруг по пустяковому поводу устраивает скандал на всю школу. Он нерешителен — и неожиданно совершает решительный поступок. В его поведении, таким образом, прослеживается своеобразный вариант донкихотства. Он и замкнут, поскольку боится сказать не то, сделать не так, вызвав этим насмешку,— и в то же время жаждет общения. Он и презирает себя,— но и мучительно самолюбив, обидчив и раним. Его мечта — быть героем, «сверхчеловеком», ярким, смелым до дерзости, душой компании.

Душевные страдания ребенка [illegible] пывают его. Переживания соматизируются [illegible] водят к ухудшению состояния его внутре[illegible]. У него плохой аппетит. Он быстро устает, [illegible] щаем. От бессилия у него низкая работо[illegible] и плохая память. Эта ослабленность орга[illegible] является и в его внешнем облике — он блед[illegible] синева под глазами. Его ослабленность сказывается [illegible] повышенной возбудимости, но, вспылив, он бы[illegible] ряет силы, подобно тому, как, вспыхнув, бы[illegible] горает солома. Вот он кричит, дерзит — и тут [illegible] кает, плачет. Он «заводится с полуоборота», не ори[illegible] тируясь в ситуации: сосед по парте, толкнув его, сиди[illegible] с невинным видом, а он закричал, стукнул его книжкой и, один во всем виноватый, выставлен из класса и плачет за дверью.

Переживания приводят ребенка, больного неврастенией, к вегетососудистой дистонии по гипотоническому типу, протекающей с частыми головными болями и бессонницей, потливостью, сосудистой гипотензией; у него холодные кисти и ледяные стопы. Он жалуется на сердцебиение, боли в грудной клетке, животе. У него нарушения кислотности желудочного сока; повышенная перистальтика кишечника с нарушениями стула или пониженная — с метеоризмом и запорами; спазмы желчных и других протоков кишечника, пищевода и пр.; нередки нарушения мочеиспускания — чаще энурез, он болезненно переносит резкие изменения погоды.

Он действительно болен, но и его ослабленность, вегетососудистая дистония, нарушения функций его внутренних органов служат особому, своеобразному приспособлению к жизни. Болезненность укрепляет его позиции, как ребенка «больного, слабого». Родители, учителя видят: он в самом деле требует особого подхода. И ему во всем уступают, к нему нетребовательны — только бы он не болел. Но болезнь еще и оправдывает страдающего неврастенией в собственных глазах: «Я отказался от всего, я последний в учебе, я смешон на уроках физкультуры, так как болен». А это звучит много утешительнее, чем если бы он сказал себе: «Я ни к чему не способен, я хуже, слабее других». И такой ребенок неосознаваемо держится за болезнь. Неврастения — «бегство в болезнь», прикрытие болезнью. Болезнью он объяснил в не оскорбляющей его форме себе и другим причины своих неудач

[illegible] используется [illegible] что [illegible]

[illegible] Все видят физичес[illegible] ребенка [illegible]. Но родители ре[illegible] его переживания. [illegible] говорят, особенно отцы: «Доктор, я понимаю, когда высокая температура [illegible] мой дурью мается». Ре[illegible] Так долго полагали важной и достойной [illegible]мания лишь борьбу с инфекциями, а болезнью понимали лишь заболевания внутренних органов, что эта [illegible]денция прочно утвердилась, и тяжелые человеческие [illegible]живания вызывают непонимание и [illegible].

Однако при неврозе все сложнее. Вспомним ребенка [illegible] лет, у которого неврастения началась в связи с направлением его в дошкольное учреждение, и второго ребенка 5 лет, также с неврастенией, у которого пропал щенок. Первого потрясли переживания, связанные с направлением в ясли, а для второго пропавший щенок стал острой психической травмой, потому что оба были подготовлены к неврозу неправильным воспитанием: оба были не уверены в себе и робки. Оба не общались со сверстниками, жили в некоей искусственной среде, знали только семью. Второй ребенок боялся детей, общался только со щенком, ему обещали, что этот щенок вырастет в большую собаку и он без страха выйдет с ней на улицу. Щенок был единственным другом ребенка, лишенного возможности играть со сверстниками. Сложны причины невроза, сложны приведшие к нему переживания, и детей не излечить от невроза, если не принимать их в расчет.

НЕВРОЗ НАВЯЗЧИВЫХ СОСТОЯНИЙ

При заболевании такой формой невроза все начинается со страхов, тревожности, мнительности, нерешительности со склонностью к сомнениям и колебаниям, к перестраховке, к педантичности, замкнутости или тревожной общительности в характере. У детей, страдающих неврозом навязчивых состояний, обострен инстинкт самосохранения. И у них, как и при неврастении, неосознаваемая недооценка себя, а потому мучи-

[illegible] уверенность в себе. [illegible] Страх бо[illegible], смерти [illegible] в жизни у таких детей [illegible]. Они по много раз перепроверяют, чтобы не [illegible] ошибки, они перестраховщики. Естественно, это больше проявляется у детей [illegible], но наблюдается и раньше. Из страха перед наказанием они выполняют все, что задано, скрупулезно, пунктуально. Их никогда не наказывали, но запугали тревожным или сверхсоциальным воспитанием так, что они панически боятся наказания за каждую ошибку. Однако пунктуальность требует времени, и такие дети не успевают. Они много раз себя перепроверяют и все равно тревожатся: а вдруг что-нибудь упустили.

Защищаясь от тревоги и страха, дети, страдающие неврозом навязчивых состояний, делают то, к чему часто прибегают тревожные лица, когда трижды стучат по дереву или трижды плюют через левое плечо. Но при неврозе навязчивых состояний этого мало. Невротическая тенденция при данной форме невроза — достичь сверхбезопасности. Как указывалось, механизмы невроза сокрыты в неосознаваемом. Неосознаваемое стремление к сверхбезопасности обусловливает и ведущее в этом неврозе — неосознаваемую сверхзащиту, выработку символических защитных ритуалов. Чаще всего навязчивый страх носит конкретный характер, и один ребенок панически боится заражения «микробами» и часами моет руки, другой опасается транспорта и никогда не переходит дорогу самостоятельно, третий панически боится мостов и, доехав до моста, пересаживается в метро, чтобы миновать мост под землей, четвертый опасается острых предметов и ежедневно отворачивает от себя острия ножей и вилок, «чтобы не уколоться», пересчитывает иголки, «чтобы не потерялись», и т. д.

Навязчивые страхи могут не иметь конкретной направленности. Ребенок опасается всего, что может таить угрозу здоровью, жизни, благополучию. У него болезненно обостряется инстинкт самосохранения, и он становится эгоистичным. У него возникает навязчивый страх за собственное благополучие даже в том случае, когда он опасается, что несчастный случай или болезнь угрожает родителям, поскольку благополучие

[illegible] его благополучие. Если навязчивые страхи [illegible] конкретного содержания, навязчивые ритуаль- [illegible] действия носят обобщенный характер. [illegible] страдающие неврозом навязчивых состояний, осо[illegible] образом взмахивают руками, при ходьбе при[illegible]вают, пройдя несколько шагов, делают полный поворот, как бы выполняя команду «кругом», и только потом идут дальше. Они поминутно приседают, обходя темные пятна на дороге, поднимаются по лестнице, перешагивая, например, только через 2 ступени. Иногда они, соблюдая ритуал, перемещаются только прыжками. Они не садятся в транспорт с неприемлемым номером, подобно тому как многие здоровые люди избегают цифры 13, прикасаются к каким-то определенным предметам, например к маминой одежде или к косяку двери. Дети с неврозом навязчивых состояний определенным образом садятся и встают, раздеваются и одеваются, складывают одежду так, чтобы брюки были обязательно сверху или снизу. Иногда дети осознают причину своих ритуальных действий: «Я делаю это, чтобы не случилось ничего плохого со мной или мамой».

Для детей, страдающих неврозом навязчивых состояний, характерна контрастность переживаний и поступков, обусловленная наличием у них обостренного внутреннего конфликта. Эти дети гиперсоциальны — дисциплинированны, обязательны, тревожно осмотрительны, и у них очень выражена установка «надо!», но у них обострен и инстинкт самосохранения и не менее сильно выражена установка: «Опасно, а поэтому — не надо!» У них обострено чувство достоинства, и оно повелевает быть смелым, но они боязливы, тревожны и мнительны. Все это и приводит к контрастности их поступков. Ребенок с этой формой невроза боится сверстников и в то же время борется со всем классом; он не войдет в темный подъезд, но может поехать на незнакомую улицу в другом конце города; он стеснителен, но и навязчив, прилипчив, настырен; он и деликатен, и бесцеремонен, если что-то его тревожит; он тревожен, но из тревожности сам идет навстречу опасности; он презирает и мучительно любит себя; не умея постоять за себя, он борется за справедливость для других. И у него ущемлено чувство достоинства. Он боится чего-то неопределенного, того, что может случиться, или вовсе нереаль-

[illegible]

Тщательное выполнение [illegible] защиты успокаивает ребенка, страдающего [illegible] навязчивых [illegible]. Страх разрушительно воздействует на здоровье, если человек переживает страх пассивно. При неврозе навязчивых состояний ребенок борется со своими страхами, выполняя ритуальные действия, и его общее состояние не нарушено. К сожалению, родители часто не понимают защитного смысла ритуалов ребенка, как не понимают и того, что это своеобразный «психологический седуксен», и требуют, чтобы он прекратил свои «приседания». Страдающий неврозом навязчивых состояний ребенок начинает сдерживать ритуалы, и тогда у него возникают страх, а с этим головная боль, бессонница, потливость, боли в сердце, усталость, слабость и другие симптомы вегетососудистой дистонии по гипотоническому типу.

Проявления невроза навязчивых состояний разнообразны. Мальчика в детском саду обижают сверстники. Дать им отпор он не способен, добиться, чтобы его уважали, — не в состоянии. И тогда он начинает защищаться, пугая других: широко открывает рот, будто показывает недоброжелателям зубы («берегитесь, укушу, я не такой уж беззащитный»), высоко поднимает руки, стараясь стать больше и тем самым как бы сильнее, как, к примеру, поднимается на лапках и изгибает спинку кошка, увидев собаку. Он издает резкие звуки, неосознаваемо стараясь испугать. Его ритуальные защитные действия понятны, если знать механизмы невротической защиты. Особенность этого проявления невроза навязчивости заключается в соскальзывании на древние способы защиты, что называется регрессией.

Своеобразно другое навязчивое действие, такое как выдергивание волос на голове, бровей и ресниц. Здесь мы имеем дело с трихотилломанией — специфическим невротическим ритуалом. Ребенок такой ценой неосознаваемо откупается от беды. Чаще всего подобное бывает при страхе за родителей, при неудачах в школе, при страхе смерти, что то же самое, как и имевшие

чего в прошлом наложение на себя запретов, дача обетов не стричься, не бриться, отказаться от чего-то заманчивого. Подобное, как и неосознаваемое самонаказание за ошибку, наблюдается и при неосознаваемом самоуничижении — обуздании гордыни, смирении, но всегда для того, чтобы в результате не пришла беда. Иногда полагают, что трихотилломания — один из способов истерического воздействия на родителей, но это не так: ребенок с истерическим развитием личности никогда, ни при каких условиях себя не обезобразит, не причинит себе вреда.

Наша пациентка 8 лет выдергивает волосы на голове, ресницы и брови. Рисует девочек с пышными волосами, густыми ресницами и бровями. Началось все после того, как мать девочки перенесла тяжелую операцию. Отец ушел из семьи, и она в тот период жила у тетки, тосковала, слыша тревожные разговоры взрослых, испытывала страх за мать. Не осознавая этого, она отказалась от волос, бровей и ресниц, как раз придавая большое значение им, как бы принося в жертву самое дорогое во имя того, «чтобы мама была здорова». С удивлением и страхом мать сообщала врачу: «Она шарит рукой по голове и векам, ищет чуть подросший волосок или ресницу и выдирает их».

Относительно редко встречаются навязчивые проявления в форме контрастных, кощунственных и хульных мыслей, представлений, побуждений. Приведем клиническое наблюдение.

Девочка 11 лет обратилась к нам с такой драматической просьбой: «Спасите меня, лечите как угодно, но вылечите, а то я разобью себе голову!» Что же произошло? Девочку воспитывала суровая, грубая, требовательная бабушка, которая взялась за воспитание внучки с ее рождения, властно отстранив родителей. Конфликтная по характеру, бабушка остро враждовала с зятем, отцом ребенка. К 5 годам девочка отличалась недетской серьезностью, впечатлительностью, боялась темноты, одиночества, у нее подолгу сохранялось неприятное чувство страха после пугающих книг, сказок. Она трудно привыкала к новому, была замкнута, дичилась людей, но, познакомившись, столь же трудно отвыкала. В школе училась на «отлично», была ответственной, не по летам зрелой в суждениях. Все эти особенности характера явились следствием гиперсоциального воспитания. В 9 лет узнала о половой жизни и, потрясенная, потребовала от матери объяснений. Эпизод как будто локализовали. Однако вскоре у девочки наступило ухудшение в течении сахарного диабета, которым она заболела в 5 лет. Усилились явления соматической ослабленности. Через некоторое время, когда, казалось бы, состояние ее стало улучшаться, произошла особенно тяжелая ссора между бабушкой и отцом. В ссоре они не выбирали выражений и выплеснули накопившуюся за много лет взаимную ненависть. Прозвучали мотивы личных и интимных отношений родителей. Девочка любила отца и жалела его, так как он, в

[illegible] был с радающей стороной и р[illegible] [illegible] грубость и враждебность [illegible] К бабушке [illegible] боялась ее, порицала за агрессивное [illegible] грубость, но в то же время любила. [illegible] до этого бабушка перенесла инсульт. Ребенку было жалко и бабушку. И вот оба любимых ею человека с [illegible] ляли друг друга. В скандал вмешал[illegible] отца избила. Тогда-то впервые и прозвучали вопрос[illegible] я думаю о матери и отце только плохое?», «Почему [illegible] они спят?», «Почему у меня плохие мысли вытесняют нормальные»

Девочка не находила себе места и в последующие [illegible] вала себя и всю семью вопросами, аналогичными вышеприведенным. Вскоре и о других людях она стала думать только плохое. Если о человеке говорили хорошее, тут же возникала хульная мысль о нем. Все, что окружающими воспринималось положительно, у нее получало отрицательную оценку. Белое и черное, хорошее и плохое [illegible] поменялись местами. Думала плохое о заслуженных людях, великих исторических деятелях. Больная заявляла: «На самом деле я не хочу так думать, я уважаю этих людей, но чем больше я их уважаю [illegible] люблю, тем более плохие мысли о них приходят в голову». [illegible] кали желания ткнуть ручкой в глаз учительницы, толкнуть [illegible] на остановке человека под движущийся трамвай. Понимала нелепость этих желаний, знала, что никогда подобного не совершит, но «становилось от всего этого страшно и неприятно». Чтобы [illegible] бодиться от гадких мыслей, стремилась постоянно чем-то заниматься, отвлекала себя. По словам матери, дочь «стала похожей на старого, много пережившего человека, мечтающего только о возвращении навсегда утраченного безоблачного детства».

У этой девочки прослеживается все: гиперсоциальное воспитание, тяжелый внутренний конфликт (бабушка или родители), протест против невыносимой ситуации в семье, против взрослых, не умеющих мирно уживаться друг с другом. Все это вылилось в особую форму невротически контрастного отношения к людям.

ИСТЕРИЧЕСКИЙ НЕВРОЗ

Эта форма возникает у детей, в предневрозном характере которых на первом месте стоят такие черты, как эгоистичность, несамостоятельность, инфантильность, внушаемость и истеричность. Поведение, которое принято характеризовать как истерическое,— древняя форма приспособления слабых. Из этологии (наука о поведении животных) известно, что животные, не способные себя защитить, при опасности нередко демонстрируют мнимую смерть, и хищник не замечает их, поскольку они неподвижны, или отказывается от «мертвого». Иногда животное, почувствовав опасность, начинает неистово метаться [illegible] проявляется так называемая двигательная буря, и в итоге животное спаса-

ется, случайно найдя выход или отпугивая хищника неожиданно бурной реакцией. При неврозах часто отмечается выход детей на древние для человека, напоминающие таковые у животных механизмы поведения. Знание этого поможет понять, почему ребенок в 9 мес, испытывая неудовольствие, может добиться своего, демонстрируя «истерическую бурю», а находясь в больнице без родителей, впадает в состояние мнимой смерти, становясь безучастным, пассивным, как бы замирая. Это очень важно для понимания данного невроза. Именно потому, что истеричность — приспособление слабых, мы наблюдаем истерический невроз ранее других, у самых маленьких. Он характерен также скорее для инфантильных, несамостоятельных и чаще всего, по нашим данным, встречается у детей с низким уровнем умственного развития.

Путь в истерический невроз обычно таков. Вначале ребенок случайно добился желаемого криком. Затем уловил связь между болезнью и ее благоприятными последствиями: вниманием к нему, поблажками. И, наконец, его, уже подготовленного к неврозу неправильным воспитанием, уже эгоиста, что-то пребольно «щелкнуло по носу». Истерический невроз у детей встречается часто, как и неправильное воспитание, которое приводит к нему. Ребенок с истерическим неврозом более всего досаждает родителям, труднее лечится. При таком неврозе более, чем при других формах невроза, воображение окружающих поражается способом, каким человек достигает сверхцели, которую в данном случае можно выразить словами «будет по-моему!» или «не хочу!». При истерическом неврозе ребенок приспосабливается через удивительную способность неосознаваемой сферы психики путем ее воздействия на физиологические функции организма воссоздать модель любого заболевания. Ребенок не посещает детский сад, школу, поскольку заболел гриппом. Ему измерили температуру тела, уложили в постель, захлопотали вокруг него, все обязанности с него сняли. Ребенок бессознательно отмечает связь между болезнью и освобождением его от всего неприятного для него. Болезнь кончилась, и его вновь отправляют в детский сад. Неосознаваемо следует «приказ» центру терморегуляции — и температура тела вновь повышена! «Не хочу в детский сад, в школу!» — и паралично повисает рука, опускаются веки, начинаются сильные

[illegible] ...мая рвота и т. д. Пр[illegible] ного с истерическим [неврозом] [illegible] ние собственных проблем руками [illegible] [illegible] симптом [illegible] И [illegible] адресует [illegible] Мать [illegible] и он болеет. Она [illegible], если [illegible] аппетит, [illegible] худоба — и ребенок становится [illegible] вот [illegible] жится. В итоге от него ничего не требуют, ему служат, са[м] получает все, что пожелает. В результате он «неплохо» живет. Таково своеобразное истерическое при[способле]ние ребенка к жизни. И если его не излечить от истерического невроза, так будет всегда, только сме[нятся] адресаты: им могут стать муж и жена, сослуживцы, руководство учреждения и т. д.

Ребенок, страдающий истерическим неврозом, уверен, что он тяжело и хронически болен, очень слаб. Е[сли] врач покажет ему его температурную кривую: в субботу вечером температура в норме, в воскресенье вечером, перед понедельником — высокая, во время каникул — в норме, т. е. если врач «разоблачит его», к этому врачу он больше не придет, считая его «плохим и злым» врачом. Часто оскорбляется и мать. «Что же, выходит, ребенок симулянт?». Он не симулянт, он болен, но, по меткому замечанию невропатолога Ж. Бабинского, «великая симулянтка» — его болезнь. В литературе описан классический случай: поезд шел к фронту, солдат терял в результате непрерывных рвот массу тела и силы. Его переносили в санитарный поезд, идущий в тыл, и рвоты прекращались, он восстанавливал первоначальную массу тела и силы. Так повторялось много раз.

При истерическом неврозе отсутствует контрастность переживаний и поступков ребенка. Он эгоистичен, привык к повышенному вниманию матери, не приучен обслуживать себя, ждать, согласовывать свои желания с интересами других детей. И таков он везде — дома и вне его. В детском саду он не желает отпускать мать, по сути служанку, от себя, не хочет посещать детский сад и на его пороге бледнеет, у него возникает обморок, появляются рвота, высокая температура. И он своего добьется — не будет посещать детский сад.

У ребенка, страдающего истерическим неврозом, могут быть и тики. И если при неврастении или неврозе навязчивых состояний ребенок стремится их скрыть, то

при истерии как раз в кабинете врача они наиболее часты. А уж как они демонстративны! Страдающий истерией так закатывает глазные яблоки, что родители приходят в ужас. Они, разумеется, чрезмерно озабочены и повышенно внимательны к ребенку, ему все прощают — и истерическая сверхцель достигнута.

Нередко у нас на приеме оказывались больные, обычно девочки, с элективным мутизмом (в рамках истерического невроза). Дома, с родными, такая девочка болтлива, а в детском садике молчит, и воспитатели не могут добиться от нее ни слова. Ее уговаривают, умоляют: «Ну ответь, скажи хотя бы, как тебя зовут»,— но она молчит, что позволяет ей быть в детском саду на особом положении. Все дети на прогулке предоставлены самим себе, а ее держат за руку. Ее буквально охраняют, а мать после работы стремглав мчится в детский сад, чтобы забрать ее домой без промедления. Если такую больную вовремя не излечить, то и в школе она также будет молчать 1—2 года, и тогда преодоление болезни окажется очень трудным, ибо количество поблажек возрастет. Она не опасается контрольных опросов, сидит в сторонке, ее оставили в покое, для нее не писаны законы, и в конце концов она способна добиться того, что вообще перестанет посещать школу, а учительница сама придет к ней на дом с предложением о заочном обучении.

Истерический невроз можно назвать неврозом врачебной справки. Ни при какой другой форме невроза врач не даст столько справок «об освобождении», как при этой. Однако, если невроз не лечить, справки усиливают и закрепляют невротическую форму приспособления. Родители, часто не понимая до конца сути данного заболевания, приходят к врачу не столько за лечением, сколько за очередной справкой «об освобождении». Нередко они протестуют против действий врача, направляющего ребенка с истерическим повышением температуры в школу.

Одно из наиболее своеобразных и характерных проявлений истерического невроза у детей — энкопрез (недержание кала). Иногда, напротив, дети задерживают дефекацию на 5—7 дней, приводя родителей в панику. Энкопрезом чаще страдают мальчики в возрасте от 4—5 до 8 лет, реже — до 14—15 лет. Как истерический симптом он возникает у мальчиков, матери которых обычно тревожно следят за регулярностью физиологи-

ках отправлении. При энкопрезе ребенок постоянно упускает кал, пачкая трусики. Он как бы не чувствует этого и лишь при энергичном вмешательстве матери меняет трусы. Иногда дети измазывают калом постель матери, одеяло, стенку у кровати. Таким образом они символически как бы закрепляют за собой определенную территорию и саму мать. Подобным образом закрепляют за собой территорию и многие животные. Все это — еще одно свидетельство глубоких психологических механизмов, лежащих в основе невроза (в неосознаваемом), в данном случае — регрессии.

Энкопрез как истерический синдром часто возникает при появлении в семье отчима или младшего ребенка (как и в случаях с истерическим дневным недержанием мочи). Ведь как раз это наиболее эффективно воздействует. Отчим, шокированный странным заболеванием ребенка и тяжелым запахом в квартире, как правило, быстро исчезает. И мать вновь безраздельно принадлежит ребенку. Энкопрез также отвлекает внимание матери от младшего: тут уж «не до младшего», когда старший «так болен».

Обнажив механизмы возникновения невроза, закончив описание его форм, попытаемся дать определение этого страдания личности: невроз — это нарушение формирования личностных отношений к себе, другим людям, действительности на почве подавления темперамента, что приводит при психической травматизации к невротическому типу приспособления в неврастенической, обсессивной (невроз навязчивых состояний) или в истерической форме и к функциональной психической и физиологической дезорганизации индивидуума. Данное определение невроза основано на концепции этиопатогенеза неврозов В. Н. Мясищева, ленинградского психоневролога, с существенным, на наш взгляд, дополнением о роли подавления темперамента в процессе воспитания ребенка или под воздействием психической травматизации.

Невроз, таким образом, очень серьезное заболевание. Его легче предупредить, чем излечить. Однако невроз излечим, но только индивидуально, у каждого по-своему, при тесном сотрудничестве родителей с врачом-психотерапевтом. Ознакомившись с проблемой происхождения неврозов, родители будут подготовлены к такому сотрудничеству. При этом следует особо подчеркнуть, что ребенка, страдающего неврозом, не сле-

ует призывать: «Возьми себя в руки». Как раз этого он и не может сделать без преодоления самого невроза, и такое требование только усиливает у него чувство несостоятельности. Если тысячу раз сказать слабому, что он сильный, так же как заявить человеку, что у него все хорошо, когда у него все плохо, то сильным от этого не становятся, а «хорошо» в таком случае воспринимается как издевательство, равнодушие или глупость советующего. Если ребенок тучен и его дразнят, не следует его утешать и несерьезен совет не обращать внимания на прозвища. Следует при помощи диеты и занятий спортом исключить повод к обидному прозвищу, и оно само собой забудется. Родители ребенка, ободряя его, помогают ему устранить основное в неврозе — чувство несостоятельности, упорно преодолевая его отставание в обучении, укрепляя его мышцы и вырабатывая ловкость. Чтобы привнести в самоосознавание ребенка чувство гордости собой, его учат плавать и ездить на велосипеде, хорошо владеть своим телом, играть в мяч и хоккей, уметь не только то, что умеют другие, но дополнительно и еще что-то. Его учат жизни, равноправному общению со сверстниками. Подготовив, укрепив, обучив, его постепенно вводят в жизнь сверстников, и тогда он сам видит: он действительно сильный, у него на самом деле все хорошо. Только при соблюдении этих условий чувство несостоятельности ослабевает. Только успехи в общении, игре и учебе помогают ребенку преодолеть робость. Только преодоление неудач и трудностей способствует исчезновению страха перед ними. Ребенок не опасается нападения и угроз только в том случае, если способен себя защитить. Чем раньше все это будет достигнуто, тем слабее будут звучать из глубин неосознаваемого парализующие волю ребенка установки «не могу», «страшно», «не справлюсь».

На первом этапе преодоления невроза больному ребенку назначают транквилизаторы, антидепрессанты, снотворные, психовегетативные препараты, но невроз они не излечивают. Невроз излечивается только психотерапевтическими методами: устранением непосредственной его причины — психической травматизации и перевоспитанием ребенка — преодолением всех причин, вызвавших у него чувство несостоятельности и тревожный эгоцентризм.

Родителей часто беспокоят тики, заикание, энурез. Но эти широко распространенные заболевания являются синдромом невроза только при наличии всех его основных признаков.

Тики — привычные фиксированные стереотипные непроизвольные движения. У ребенка частые подергивания век — «мигание», подергивания мышц лица, плеч, или он постоянно подергивает головой. Он заводит вверх глазные яблоки, время от времени широко раскрывает рот. Тики исчезают и вновь появляются, одни виды тика сменяются другими: сначала ребенок мигал, теперь подергивает головой. Наблюдаются и респираторные тики: ребенок постоянно издает какой-то звук — хмыкает, «хрюкает», откашливается.

Тики подразделяются на *функциональные*, *органические* и тики, *обусловленные недоразвитием центральной нервной системы*. Функциональные тики — это тики без повреждения нервных клеток, временные; органические — с повреждением нервных клеток в результате родовой травмы или нейроинфекции, но также при упорном лечении компенсирующиеся, обратимые, обусловленные незрелостью нервной системы в связи с вредностями внутриутробного периода, проходящие самопроизвольно.

Функциональные тики могут быть проявлением невроза, невропатии или следствием фиксирования подавленных агрессивных или отрицательных эмоций. При неврозе навязчивых состояний тики — одно из навязчивых движений. Ребенок испугался — широко открыл глаза, защитно зажмурил их, отдернул голову вбок, назад, как боксер, уклоняющийся от удара, или открыл рот, показывая зубы, «пугая», и это закрепилось как навязчивое движение. При истерическом неврозе тики, если они возникли, закрепляются как средство давления на родителей. От ребенка что-то потребовали, а у него нервный тик — он закатил глаза, дернулся, и от него тут же отстали, тут же выполнили все его требования. Тики в этом случае сохраняются долго. Как синдром невроза, в частности неврастении, тики усиливаются от переживаний и наблюдаются чаще вечером, когда ребенок устал, нервничает.

При невропатии функциональные тики возникают вследствие повышенной возбудимости нервной си

стемы. Обострились проявления невропатии — появились и тики, проявления невропатии прошли — нет и тиков.

Функциональные тики возникают и при подавлении агрессивной или отрицательной эмоции с фиксацией. Эмоция всегда имеет «мышечный конец». Если ребенок в гневе или охвачен страхом, у него начинают подергиваться мимические мышцы лица, мышцы плеч, возникают защитные движения, но часто они, едва возникнув, сознательно задерживаются. Ему бы закричать, заплакать, бросить что-то, ударить, а он сдержал начинающееся движение, и оно закрепилось как тик. Эмоция повторяется — повторяется и тик. В таком случае ребенка побуждают к игре, в которой моделируют конфликтные ситуации и поощряют его агрессивные эмоциональные реакции на них: «Кричи, топай ногами, борись изо всех сил, нападай, защищайся, сердись, обвиняй — это лечебная игра и в ней все можно делать!» Среди других аффективных эмоций ребенок несколько раз проявит и реализует в бурной двигательной реакции и подавленную эмоцию, и в результате тик исчезнет.

Функциональные тики можно на время задержать: ребенок сосредоточил внимание на тикоидном движении — и его нет; отвлекся на что-то другое — тик возникает вновь. Во сне ребенок отключается от переживаний, расслабляется, и поэтому функциональные тики ночью исчезают.

Тики, обусловленные незрелостью, исчезнут сами собой, как только «дозреет» нервная система. Родители способствуют этому (поездка с ребенком на море, занятия спортом, использование рекомендаций, изложенных в разделе о задержке умственного развития). Органические тики возникают в связи с травмой головного мозга, чаще в родах, но нередко и в более поздний период. При органических тиках ребенок зажмуривает глаза так резко, что ему становится больно, он дергает головой так сильно, что может возникнуть сотрясение головного мозга. Органические тики однотипны: это только спазм век — мигание или только подергивание головой вбок, одно и то же постоянное движение. Органические тики обостряются, усиливаются после вирусных заболеваний, поскольку последние неблагоприятно воздействуют на развивающийся мозг ребенка. Задержать такой тик ребенок не может

Тики — это непроизвольные движения. Движения вызываются импульсами моторной (двигательной) [illegible] коры головного мозга. Каждая мышца лица, туловища, конечностей имеет свое представительство в нейронах моторной зоны коры головного мозга. Возбуждение локализованной группы нейронов вызывает определенное тикоидное движение. Очаг возбуждения перемещается по двигательной зоне, и одно движение сменяется другим: в течение нескольких недель отмечались тики век, лица — и вот их уже нет, но зато начались тикоидные подергивания мышц плеча. Если ребенок ежедневно будет повторять данное движение 100 раз, очаг застойного возбуждения на некоторое время разряжается и тики — также на некоторое время — исчезают. Функциональные тики при этом нередко исчезают навсегда.

Тики проходят, если устранить их основную причину. Самая частая причина органических тиков — очаг судорожной готовности в головном мозге. Очаг такой напряженности находят на электроэнцефалограмме (ЭЭГ).

Очаг судорожной готовности в головном мозге нередко обусловливает еще и вспыльчивость, настырность, агрессивность ребенка. Упорное лечение приводит, как правило, к положительному результату и в этом случае, если лечение сопровождается правильным воспитанием. В наших наблюдениях наличие у ребенка очага судорожной готовности отягощает течение невроза навязчивых состояний, усугубляя педантизм, мнительность, настырность подобного больного и тяжесть навязчивых ритуалов у него. Поэтому при лечении детей, страдающих неврозом навязчивых состояний, наряду со всем остальным применяется и противосудорожная терапия. Родители в таких случаях неприятно удивлены: «У нашего ребенка невроз, а в аннотации к лекарству указано, что оно применяется при эпилепсии». И это дополнительный довод в пользу того, что без сотрудничества с психоневрологом невроз у ребенка не излечить. Только врачу известны все показания и противопоказания к применению лекарств. Подчеркнем еще раз: за редким исключением тики излечимы. К концу периода полового созревания дизэмбриогенетические и органические тики часто проходят и без лечения. Однако упорная терапия, безусловно, ускорит их исчезновение. Родители часто напрасно мучают ребенка, требуя от него: «Прекрати дерганье!». Но это то же

самое, что требовать у больного не кашлять при остром бронхите. Ребенок или не может остановить тикоидное движение, или перенапрягается, сдерживая его. С другой стороны, излишне тревожно относясь к тикам, родители поселяют тревожность в ребенке, готовя тем самым невроз навязчивых состояний. Потакая же ребенку с тиками, уступая ему во всем, родители подготавливают почву для возникновения истерического невроза. Деятельное спокойствие родителей как условие спокойствия ребенка — необходимое условие излечения тиков.

Заикание у ребенка также может быть *функциональным* (*невротическим, невропатическим* и являться выражением незрелости речевого аппарата), *органическим* (часто с очагом судорожной напряженности), *генетически* предрасположенным (так было у деда, отца). Заикание и тики близки по своей природе, кроме случаев генетического происхождения заикания. Неслучайно часто наблюдаются оба страдания у одного и того же ребенка, когда тики исчезают, но возникает заикание.

Функциональное заикание, как и функциональный тик, можно задержать. В кабинете психотерапевта, играя, ребенок забывает о своем дефекте и не заикается, произнося слова. То же самое происходит, когда он разговаривает в игре, сам с собой. На людях, боясь проявления дефекта, ребенок как раз и заикается более всего. Произнося заученное, декламируя стихи, если он отлично помнит их и не боится забыть, ребенок не заикается. Очевидно, что в возникновении функционального заикания большую роль играет страх проявления этого дефекта. Заикание — нарушение автоматизма речи. Ребенок думает не о том, что говорит, а о том, как говорит, и заикание у него усиливается. Следовательно, в генезе этого недуга велика роль неосознаваемой сферы психики. Автоматизм речи — из неосознаваемого. Как только в процесс речи вмешивается сознание, автоматизм ее нарушается. Функциональное заикание усугубляется наличием фиксированной установки в неосознаваемом: «Я — заика». В таких случаях и возникают спазмы голосообразующих мышц, сбивается дыхание. Родители смотрят на заикающегося с жалостью и тревогой, усугубляя установку «я — заика» и закрепляя ее. Не следует фиксировать внимание на этом дефекте, и тогда ребенок успокаивается, установка не подкрепляется, слабеет, заикание проходит.

подобное поведение является непременным условием преодоления функционального заикания.

Органическое заикание, как и органические тики, нередко зависит от судорожной готовности головного мозга и усугубляется ею. В этом случае наблюдается выраженное нарушение ритма речи, связанное с судорожными спазмами мышц речевого аппарата.

Часто то, что принимается за заикание,— всего лишь речевые запинки («спотыкания»). Это повторы звуков («п-п»), слогов («по-по»), слов («пошло-пошло»); это пролонгации — длинноты («п-п-п»), уловки (посторонние звуки), слова-паразиты («э-э-э», «вот», «значит»). Это не заикание, а мыслительно-речевые затруднения. Они часто встречаются у неуверенных, медлительных, застенчивых детей. Бывает, что ребенок думает быстрее, чем говорит, и спотыкается или не завершает слово, фразу. Нередко у ребенка «пулеметная речь»: он торопится, и из-за этого у него в речи возникают запинки. И все эти нарушения речи — не заикание.

Заикание диагностируют и лечат врач-психоневролог и логопед, и родители должны строго выполнять их рекомендации. Родители должны твердо усвоить 3 общих правила.

П е р в о е п р а в и л о — при остром возникновении заикания ребенку обеспечивают соблюдение режима молчания. Ограничивается его речевое общение с детьми. Ему не следует ходить в гости, и к нему не следует приглашать гостей. Он не должен временно посещать цирк, театральные представления, детские праздники. Ему не нужно задавать вопросы, а следует неприметно ограничивать все стимулы, побуждающие его к разговору. Ему необходимо много читать, рассказывать — пусть он слушает и молчит. Если ребенок говорит, его не перебивают и выслушивают терпеливо, чтобы он не торопился, не боялся, что его не дослушают. Такому ребенку рекомендуется прием настоя из лекарственных растений: мяты перечной, пустырника пятилопастного, валерианы лекарственной, хмеля обыкновенного, сушеницы топяной, тысячелистника обыкновенного и др. Каких-то лекарственных растений может и не оказаться в аптеке, но достаточно будет и сочетания мяты с пустырником или валерианой. Режим молчания длится от 3 до 6 нед, прием настоя лекарственных растений — от 2 до 3 мес.

Второе правило заключается в том, что родители должны как бы не замечать затруднения в речи у ребенка. Его не призывают «Говори чисто!» — он не должен ощущать, что родители взволнованы и испуганы, а тем более ощутить, что к нему, в связи с заиканием стали относиться по-другому, но он получает поблажки.

Третье правило заключается в том, что ребенка с заиканием ободряют, внушают ему веру в исцеление, борясь с тяжелым осложнением заикания — страхом речи и чувством, что он неполноценен. Ему говорят, что постыдны ложь, трусость и глупость и никто не посмеется над чужой бедой и болезнью. Ему внушают — кто говорит спокойно и медленно, тот говорит чисто и ясно.

Недержание мочи (энурез), если это не урологическая проблема, расценивается как болезнь только у детей старше 4 лет, а до этого является вариантом нормы. Энурез, подобно тикам, бывает *функциональным (невротическим, невропатическим)*, органическим, а также дизэмбриогенетическим, т. е. обусловленным задержкой внутриутробного развития нервной системы, и генетическим. При органической форме энурез — нередко проявление судорожной напряженности головного мозга, и тогда ребенок спит беспокойно до тех пор, пока не помочится, после чего его сон становится спокойным, ребенок как бы «разрядился». При органической форме энуреза у ребенка отмечается «мертвый» сон, когда его не добудиться. Его, сонного, поднимают, ведут в туалет, возвращают в постель, а он так и не проснулся и утром не помнит о происходившем ночью.

При органической форме ночного недержания мочи рекомендуется: на завтрак и в обед по стакану молока (кефира, простокваши, ацидофилина), а за 4 ч до сна отказ от приема жидкости (чай, компот, кисель, соки). Если ребенок попросил пить перед сном, ему предлагают несколько долек апельсина или ломтики яблока.

При ночном недержании мочи нередко применяют настои из семян укропа, травы зверобоя и листа брусники, но эти лекарственные средства обладают мочегонным действием, и эффект от их приема на ночь — учащение мочеиспускания. Предпочтительнее следующий сбор лекарственных растений:

[illegible] стной — 10 г
[illegible] — 10 г
[illegible] хомной — 15 г
Корневища и корни валерианы лекарственной — 10 г
[illegible] мяты перечной — 15 г

Заливают 1 столовую ложку сбора 1 стаканом горячей кипяченой воды в эмалированной посуде и нагревают в кипящей воде (на водяной бане) 15 мин, охлаждают 45 мин, процеживают, оставшееся сырье отжимают. Принимают по 2 столовые ложки 3 раза в день до еды. Хранить настой в прохладном месте не более 2 сут. Показано применение настойки заманихи или экстрактов левзеи сафлоровидной, элеутерококка по 10—15 капель перед ужином. Благоприятно воздействует прием на ночь 1 чайной ложки меда, смешанного с [illegible] чайной ложки мелко нарезанного репчатого лука.

Рекомендуем также горчичники и горчичные ножные ванны, применяемые по следующей схеме: 1-й день — горчичник на нижний отдел поясничной области, 2-й день — горчичник на нижний отдел живота; 3-й день — ножная ванночка (1 чайная ложка горчицы на таз воды температуры 42 °C), и далее все повторяется с 1-го дня, курс лечения — $1\frac{1}{2}$ мес.

Полезно и выполнение рекомендаций, предлагаемых в гл. 2. Если ребенок оказывается мокрым после засыпания, рекомендуется его разбудить строго через 90 мин с момента засыпания (поскольку за это время проходят 2 фазы — или 1 полный цикл).

Если обмачивается под утро — его поднимают в 6 ч. Ребенка 3—9 лет, страдающего ночным недержанием мочи, высаживают на горшок, не добиваясь полного пробуждения. При этом ему тихо говорят: «Если захочешь на горшок, проснись сам».

Перед сном родители напоминают ребенку 5 лет и старше: «Если ночью захочешь на горшочек, проснись и попросись или потерпи до утра, но надо, чтобы постель была сухой». Если ребенок все же обмочился, его ободряют: «Ничего, такое бывает в детстве со многими, не огорчайся, но в следующую ночь проснись или потерпи...»

Заканчивая главу о неврозах, заметим, что, воспитывая ребенка, следует помнить, что его психика отличается от психики взрослого, еще более ранима, и именно потому, что он многого не понимает, он способен

глубоко переживать. Поэтому необходимо серьезно относиться к его проблемам, к нему самому и к его воспитанию. И тогда у него не возникнет невроза.

Глава 7

СТРАХИ

Детская нервность порождает страхи и питается ими. Сильный страх, переживаемый ребенком, так же пагубен для него, как и чрезмерное горе. И ни в каком другом случае непонимание переживаний ребенка родителями не выступает так зримо, как при детских страхах. Отец, уверенный и решительный, привел на прием рослого, крепкого десятилетнего сына. Даже при родителях мальчик предпочитает не быть один в комнате, а уж о том, чтобы остаться одному в квартире, нет и речи. Если просыпается ночью, бежит к родителям, вызывая негодование отца. Мать укладывает сына к себе в постель, и он тут же засыпает. Мальчик эмоционален, впечатлителен, добр, ласков. Воспитан матерью, эмоциональной, тревожной, застенчивой. Отец энергичен, напорист, опекает семью, но часто находится в длительных командировках. Впечатлительность и беззащитность жены понимает и принимает. Слабость же в сыне, которого он называет «нюней», решительно осуждает.

В беседе с отцом выясняется, что, когда сыну было 6 лет, он взял его с собой на охоту. Ночью оставил спящего сына в охотничьей избушке одного и ушел с товарищами в лес. Когда вернулись, ребенок сидел под столом, накрывшись с головой одеялом. Посмеялись, утешили: «Еще пару раз вот так останешься и будешь мужчиной». С той поры и появились у мальчика страхи. Отец так и не понял, какой ужас испытал впечатлительный ребенок, воспитанный тревожной матерью на сказках, в которых деревья, избушки говорят, видят, слышат. Он проснулся в темноте. Рядом никого нет. Он подбежал к окну, а за окном — ночной зимний лес «с волками и медведями». Деревья и кусты шевелятся, приближаются к окну. В углу избушки кто-то стонет и ворчит. Длинными и страшными были для ребенка те несколько часов, которые он просидел под столом.

Думается, что взрослые не осознают до конца, как мучителен страх у детей. В сумерках воображение ребенка превращает занавеси в [illegible] и наделяет предметы сверхъестественными возможностями, одухотворяет их. Старый шкаф кряхтит и [illegible], стол, а то и грозит [illegible] и [illegible] боках или молча наблюдает за одиноким мальчиком. Страх темноты — страх древний, изначальный. Для ребенка темнота — существо живое, со ртом и глазами. Ох, уж эти рот и глаза! На рисунках детей от 5 до 9 лет у чудовищ и хищных животных всегда выделены рот и глаза. Глаза следят, а рот грозит проглотить.

Ж. Санд, полагавшая, что страх — величайшее нравственное страдание детей, приводит слова П. Лоти о том впечатлении, какое произвело на него в детстве впервые увиденное в сумерках море: «Оно было темно-зеленое, почти черное; оно казалось неугомонным, вероломным, готовым поглотить; оно кипело и поднималось в одно и то же время со всех сторон и глядело зло и коварно».

Ребенок не критичен к страху. Разум его — советчик пока плохой. Возникший страх стремительно нарастает, и ребенок или цепенеет, пассивно страдая, или впадает в двигательную бурю и бьется о запертую дверь.

Мальчик, о котором только что шла речь, стал патологически боязливым за одну ночь, хотя готовность к такому исходу пестовалась с рождения материнской тревожностью.

Другой отец решил «перевоспитать» робкого сына. Воспользовавшись отъездом жены в командировку, он вечерами оставлял 6-летнего ребенка одного в квартире, запирая его на ключ. Мальчик включал телевизор и ждал отца. Если звонили в дверь, он прятался под кровать. Однажды пробки перегорели и свет погас. Отец, как назло, задержался, и ребенок в полной темноте ждал его под кроватью, боясь даже плакать, чтобы не выдать себя. Когда отец вернулся, исправил и включил свет, извлек из-под кровати сына, мальчик молча уснул у него на руках, но во сне метался, порывался бежать, просыпаясь, не узнавал отца. Утром не смог заговорить и молчал 3 дня — столь сильно было выражено заикание. Пришлось бороться с нарушениями речи, с паническим страхом темноты, одиночества. Ребенок ни на шаг не отпускал

от себя мать. Пришлось лечить и отца, у которого возник страх за сына. Отныне он боялся вмешиваться в любые его дела, надолго отказался от каких-либо попыток воспитания.

Отец одного из наших пациентов играл с трехлетним сыном в прятки в лесопарке. Укрывшись за деревом, он не заметил, как неожиданно выскочившая из-за кустов собака сбила малыша с ног. Беспечность отца привела к болезни — ребенок начал кричать и плакать во сне, стал бояться собак, перестал оставаться один в комнате, хотя родители были дома. К нам на лечение он попал уже в 5 лет. К таким последствиям приводит непредусмотрительность родителей. А ведь еще Авиценна говорил, что нельзя допускать, чтобы ребенок впадал в сильный гнев, испытывал большой страх или глубокую печаль.

В проблеме детских страхов важны 3 момента. Во-первых, детей никогда не следует пугать ради послушания ничем и никем — ни дядей, ни волком, ни лесом. Пугать чем-либо — значит пугать смертью. В урочный час по мере его развития ребенку указывают на реальные опасности, но никогда не запугивают мнимыми, придуманными коллизиями.

Воспитание страхом — наиболее частая и тяжкая ошибка воспитания. Не утвердив до 2 лет как основу личностной системы отношений основополагающую установку, что, кроме «хочу» и наряду с «можно», есть и то, что «нельзя!» и «надо!», родители неизбежно ограждают ребенка от опасных, постыдных и безнравственных поступков («нельзя!») и побуждают к выполнению требований «надо», запугивая: «нельзя, а то заберет волк, чужой дядя!»; «надо, а то придет бабка-ежка или кащей!». И ребенок воздерживается от запретного и побуждается к необходимому только страхом. В таком случае он не только станет нервным, тревожным, страдающим от страхов, но, что еще хуже, может вырасти трусливым, не ведающим чувства ответственности, долга, достоинства и стыда перед самим собой за свои поступки.

Во-вторых, родители никогда не должны стыдить ребенка за испытываемый им страх. Насмешки над боязливостью ребенка — также жестокость. Стыд и страх взаимосвязаны. Под влиянием насмешек из чувства стыда ребенок начинает скрывать страх, но он не исчезает, а усиливается. И ребенок остается один на один

со страхом, несмотря на то, что у него есть родители. Если взрослый не поможет малышу избавиться от страха, страх поработит его психику и он будет чувствовать себя одиноким, беззащитным. Стремясь избавиться от страха, лишенный помощи родителей, он прибегнет к действиям, которые закрепятся как вредные привычки: начнет сосать язык, палец и т. д. Испытывающий страх и не понятый родителями, ребенок пассивен, склонен к депрессии. Страх у ребенка усиливается, порождает новые страхи, что уже угрожает развитием невроза.

Женщины лучше переносят боль и нередко мужественнее, чем мужчины, преодолевают страх, потому что над их страхами, над их болью в детстве никто не смеется, их страхи понимают, им их прощают и стараются объяснить природу страхов.

В-третьих, ребенка никогда не следует оставлять одного в не знакомой ему обстановке, в ситуации, когда возможно появление чего-то неожиданного для него. Ребенок должен оказываться в неизвестной еще ему ситуации только рядом со взрослыми. В противном случае появление страхов неизбежно.

Показателен эксперимент, в котором двух козлят, 3-недельных близнецов, периодически подвергали слабым ударам электрического тока. Козленок, находившийся рядом с матерью, относительно спокойно переносил испытание. Козленок, которому все это доводилось переживать в одиночестве, в ужасе забивался в угол. Спустя некоторое время козлят выпустили в стадо. Через 2 года этих животных, уже взрослых, подвергли тем же испытаниям. Козел, который в 3-недельном возрасте получал удары электрического тока рядом с матерью, и при повторении эксперимента переносил процедуру вполне спокойно. Другой же становился заторможенным, испуганным, как только попадал в помещение, где проводился эксперимент.

В этологии рассматриваются следующие типы реагирования животных на опасность в зависимости от возраста. Детеныши застывают в неподвижности и кричат. Вся надежда на спасение — мать. Повзрослев, они пытаются спастись бегством. Достигнув полной зрелости, они переходят к лучшей из защит — к нападению. И опять, если животное выросло без матери, оно нередко, уже будучи взрослым, сохраняет инфантильную реакцию защиты — неподвижность и крик. Казалось

бы животное, беззащитное в детстве, должно было бы раньше перейти к взрослым формам обороны, но без матери они не вырабатываются. У детей это особенно серьезно, поскольку у них неизмеримо сложнее, чем у детенышей животных, научение, подготовка к жизни. Ребенку, лишенному помощи родителей, не познать мир без излишних страхов.

Родители ограждают ребенка от страхов разумной предусмотрительностью и добротой. Например, дети нередко испытывают страх при засыпании, потому что сталкиваются одновременно и с темнотой, и с одиночеством. Нередко, борясь со страхами у детей и полагая, что так воспитывают мужество, ребенка укладывают в постель, желают ему спокойной ночи, выходят и не возвращаются. На третью ночь ребенок перестает плакать и звать... Автор не согласен с таким способом преодоления страха и воспринимает его, как проявление жестокости по отношению к ребенку. Ребенок засыпает, но засыпает, измученный страхом. Смелым такой ребенок не станет. Напротив, вырастет человек, раз и навсегда запуганный в детстве. Такому ребенку чаще угрожает невроз. Более приемлемым представляется следующий путь: уложив малыша спать, родители удаляются, но на его зов тут же возвращаются, обещая, что, окончив дела, придут и посидят с ним. Родители находятся рядом с ребенком, незамедлительно являются на его зов, и ребенок спокоен, он ждет их без страха и засыпает спокойно.

Происхождение страхов у детей — достаточно сложная проблема. В психотерапевтических играх изживаются тяжелые детские страхи, вскрывается их суть. В возникновении страхов велика роль инстинкта самосохранения, предписывающего остерегаться неведомого. Поэтому и пугается ребенок при громком, непонятном ему звуке, боится неизвестных предметов, чужих людей и даже собственных родителей, когда их облик изменен до неузнаваемости, например, новой шубой, большой мохнатой шапкой, и ребенок может не сразу их узнать. Страхи порождает и боль. Отсюда страх высоты, лестниц у упавших с высоты и сильно ушибившихся детей. Врожден идущий от инстинкта самосохранения страх потери матери и отсюда — страх одиночества. Изначально человеку присущ страх перед темнотой. Фантазия, необходимая для творческого познания, в то же время служит почвой для возникно

[illegible] страхов. Ребенок одушевляет природу. В сказках действуют животные и растения, они живут человеческими страстями, любят и ненавидят, благодарят и наказывают, и это также страшит.

Однако основные причины страхов у детей неуверенность в себе, порождающая робость, тревожность, несамостоятельность, а также те недостатки и ошибки умственного воспитания, которые ведут к неведению, к снижению уровня ориентации ребенка в окружающем его мире. Чего ребенок не понимает, того он и боится. Уровень умственного развития, таким образом, имеет прямое отношение к характеру детских страхов, и ключ к пониманию детских страхов заключается в анализе его вопросов. Он спрашивает до 2 лет «что это?» и «кто это?» не только для того, чтобы знать, что есть что и кто есть кто, но и для того, чтобы знать, опасны или безопасны эти «что» и «кто» И до 2 лет основные страхи — страхи перед незнакомыми предметами, людьми, животными. С 2 до 3 лет ребенок задает вопросы «где?», «куда?», «откуда?» и «когда?». Возникают страхи пространства (глубоко-глубоко, далеко-далеко, сзади, в углу, в лесу, на крыше, на чердаке и т. д.), темного времени суток (вечером, поздно-поздно, ночью). Вместе с вопросом «почему?» (от 3 до 4 лет) о непонятных действиях и поступках людей, сказочных персонажей возникает и страх перед тем, что непонятно. И ребенок с тревогой спрашивает: «А что он делает, почему так делает?» И если страх невелик, то он естествен и побуждает задавать вопрос «почему?», чтобы узнать о еще неизвестных ему вещах.

К 5 годам ребенок начинает задавать вопрос «что будет?», и с этим приходит страх за последствия своих поступков. Ему внушили: «Будешь плохо себя вести, и тебя заберет «злой дядя», Баба-Яга, волк...» или: «Тогда заболеешь, увезут в больницу...», «Придут разбойники...», и он боится всего этого. В этом возрасте малыш постигает свою беспомощность и сложность окружающего его мира, с этого возраста он начинает задумываться о смерти. Возникают вопросы: «А я не умру?», «А ты, мама, не умрешь?» Страх смерти естествен для человека. Этот страх — корень всех страхов. Ребенок может бояться Бабы-Яги, волка и «чужого дяди», бояться многих объектов, иметь множество различных страхов, но за ними стоит одно —

страх смерти. Поэтому борьба со страхами — прежде всего борьба со страхом смерти.

Полноценное умственное воспитание — полноценность ответов на вопросы ребенка, а с этим — и полноценная ориентированность ребенка в окружающем его мире — профилактика детских страхов. Сын известного детского врача В. Прейера в возрасте 2 лет увидел поросят, которые сосали свою мать, и испугался, полагая, что они на нее напали и кусают. Испуг вызвал ночные страхи, которые прошли лишь через 3 года. Если бы, оценив глубину испуга у ребенка, поросят взяли на руки, поиграли с ними, сказали ребенку, что они детки, а свинка — их мама, т. е. если бы глубже ответили на закономерный для данного возраста вопрос «что это?», не было бы страха. Чем больше ребенок знает, особенно в том, что не только интересует, но и тревожит его, тем меньше страхов. Умственно отсталый ребенок может ничего не бояться, но такое бесстрашие — бесстрашие по недомыслию. Ребенок с полноценными умственными возможностями остро интересуется окружающим. Ориентация для него — жизненная потребность. Не получая удовлетворительного ответа на поэтапно углубляющиеся ориентационно-познавательные вопросы, он отвечает на вопросы сам, но не лучшим образом. Фантазия и неведение в таком случае порождают страхи. А тут еще и пугают, читают страшные сказки, выделяя интонацией страшное в них, а не их познавательный и ориентирующий смысл.

С другой стороны, как отмечалось в главе, посвященной задержке умственного развития, существует опасность «шизоидной интоксикации» для ребенка, если его раньше времени обременяют непосильной для него информацией, если в умственном воспитании, ответах на вопросы игнорируется возраст, если норовят перепрыгнуть через детство.

Восьмилетняя девочка испытывает страх перед «козло-обезьяно-человеком», привидением, мужчиной с зонтиком. В новом для нее городе она не остается у родственников, не отпускает ни на шаг от себя бабушку, с которой приехала. Дома она ходит, не отпуская ее ни на миг, за матерью по квартире. Детский сад она из-за страхов не посещала. В школе она — отличница, активна, авторитетна, но замкнута. Девочка не по годам эрудированна, много знает, и это тот случай, когда видишь перед собой ребенка, а слышишь взрослые

Перемешались взрослые и детские страхи: пре[illegible]ка, ограбления, нападения и привидения, темнота, одиночество. Сочетание детского и взрослого привело к своеобразному восприятию, к страху перед чудовищем, которое могла породить лишь больная фантазия: голова и хвост обезьяны, рога и бородка козла, туловище человека, а конечности «по 1 метра». Однако патологических отклонений в психике девочки не выявлено. Все дело в информации, которую она получила не по возрасту, в детстве без общения со сверстниками, в том, что способный ребенок получил заумное воспитание и выказал заумные страхи.

Поскольку за всеми страхами ребенка стоит неосознаваемый или осознаваемый страх смерти, то и профилактика страхов — воспитание оптимизма, воспитание уверенного в себе, самостоятельного, знающего то, что положено знать по возрасту об опасностях и угрозах, но относящегося к этому оптимистично. Ребенка следует уберечь от непосильных для него переживаний — неблагоприятного финала болезней близких людей, тяжелых происшествий (например, транспортных катастроф), присутствия при смерти и на похоронах. Об этом не следует говорить при ребенке.

Если страх уже мучает ребенка, его изживают рисуночным или игровым методом. Страхи, как и всё, что волнует ребенка, находят отражение в его рисунках. В них он достигает желаемого, но и борется со страхами. Он интуитивно прибегает к творчеству, пытаясь изжить свой страх. Ребенок рисует «страшного человека», чудищ, Бабу-Ягу, лешего, но он рисует их или смешными, или рядом с ними рисует себя, но себя вооруженного, смелого и непобедимого. И объекты страха теряют свою угрожающую суть. Огонь на рисунке гаснет под напором воды, которой он, ребенок, в каске пожарника, заливает пламя. Лес населяется добрыми животными и людьми, в нем тропинка, а на тропинке мама и папа — и лес ему уже не страшен. Испытывающий страх ребенок в рисунках значительно эффективнее, чем при объяснениях, образно постигает «что это?», «откуда?», «почему?» и «что будет?». В рисунке он создал пожар и погасил его. В случае с «козло-обезьяно-человеком» девочка, по нашему совету, рисовала его. Рисунки рассматривались и обсуждались до полного принятия девочкой того, что подобного нет и быть не может. Чудовище на картинке полу-

…лось все смешнее, все нелепее, над обезьяньим хвостом появился козлиный хвостик, над которым можно от души посмеяться. Ноги чудовища превратились в обычные ходули. Потом девочка рвала рисунок и сжигала обрывки бумаги. Так поступали древние люди, которые изживали страх, уничтожая его изображения. Уничтожение страшного на рисунке помогло ребенку избавиться от страха в жизни.

Страхи изживаются и в игре. Игра — лучшая психотерапия. Играя, можно побегать за волком (один из играющих надевает маску волка) с ружьем. И теперь уже боится, просит прощения за свои проделки волк. В игре можно и самому побыть волком, Бабой-Ягой, попугать маму и бабушку, посмеяться над их страхом. Смех убивает страх. Таким образом, и в игре, как в глубокой древности в обряде, страх изживается символическим действием, когда страх побеждается, когда превращается в обыденное.

Мальчика, испытавшего страх в лесной избушке, отец, по нашему совету, вновь взял с собой туда. Там они играли, осматривали и изучали лес. Поездки с отцом на охоту стали для мальчика самым интересным видом отдыха, сблизили отца с сыном, и проявления невроза у него исчезли. Были обыграны и ситуация, вызвавшая испуг у ребенка, оставшегося в темной квартире без взрослых, и ситуация у другого ребенка с собакой в лесопарке. В первом случае с ребенком играли в прятки в темноте. Естественно, заикание сразу не прошло, но путь к его преодолению был начат. Во втором случае ребенок в маске собаки в том же лесопарке нападал из кустов на отца и мать, валил их, рычал; потом они нападали на него. Вначале было страшно, потом стало весело. Для ребенка завели собаку. С девочкой, боявшейся не только «козло-обезьяно-человека», но и темноты, одиночества, играли в прятки в темном помещении сначала втроем: она, бабушка и врач. В конце концов девочка смогла оставаться в нем без страха одна. В игре устрашающая ситуация повторяется столько раз, сколько требуется, чтобы ее осмыслить и разрешить. Взрослые, играя с ребенком, при необходимости останавливают действие и обсуждают ситуацию, вызывающую страх, приводят неопровержимые аргументы, позволяющие полнее осмыслить ее. В такой игре делается то, что следовало сделать раньше, на этапе вопросов, а именно: полно, серьезно,

[illegible] на них, ориенти [illegible] в котором он хочет разо [illegible]

[illegible] чер[illegible]работан [illegible] новым опытом, [illegible] [illegible]ается его [illegible] [illegible]одит к большему доверию [illegible] жизни, к большей доброте, к оптимизму [illegible]

[illegible], если страх ребенка настораживает [illegible] [illegible]стью, [illegible]обычностью, беспричинен, [illegible] непонятен, причудлив, нелеп, отвлекает [illegible] от реальной жизни, составляет ядро всех его [illegible], следует незамедлительно обратиться к детскому психиатру

Глава 8

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

Вредные привычки у детей, на наш взгляд, не только онанизм и сосание пальцев, языка, грызение ногтей Это и формирование привычек теребить волосы, мочку уха, сидеть и ходить, сутулясь, ерзать на стуле и шаркать ногами при ходьбе, поминутно отплевываться и употреблять слова-паразиты, например, «ну», «вот», «значит», громко говорить и чрезмерно жестикулировать, хватать другого за рукав, ворот куртки или за пуговицу при разговоре и т. п. За этим стоят издержки воспитания, в частности в привитии культурных навыков. Очевидна тенденция к росту числа вредных привычек, когда одна рождает другую и они оказываются взаимосвязанными в комплексы. Поскольку становление вредных привычек происходит в самом раннем возрасте, воспитание, кроме всего прочего, это и прививание полезных навыков, в частности аккуратности, организованности, способности доводить начатое дело до конца, и борьба с самого раннего возраста с возникновением вредных привычек.

Что же касается вредных привычек, с которыми обращаются за помощью к врачу, а именно: сосания пальца, языка, губы, одежды, постельного белья и т. д., верчения и выдергивания волос, качания головой из сто-

оны в сторону или биения ею о подушку перед засыпанием и во сне, грызения ногтей, онанизма, то причины и механизмы их возникновения более сложны. Чаще всего вышеперечисленные привычки возникают у ребенка, которого с младенчества воспитывали жестко, по гиперсоциальному типу или по типу неприятия. Его надолго оставляли одного в постели. Он рано отлучался от материнской груди, но ему еще и отказывали в соске. Его редко брали на руки, не укачивали, когда ему было не уснуть. Вредные привычки порождены дефицитом материнского внимания и ласки. Нередко вредные привычки возникают у ребенка в связи с тревожно-мнительным воспитанием.

Ребенок, предоставленный самому себе, ощущая недостаток впечатлений, ухода, ласки, а в связи с этим испытывающий скуку или страх, ищет компенсацию, успокоение, отвлечение в доступных ему действиях, например сосет палец или теребит волосы, ухо, губу, нос, ковыряет пупок, манипулирует наружными половыми органами. Постепенно такое действие закрепляется. Вначале он прибегал к этим действиям, поскольку отсутствовала мать. Теперь встревоженная мать с ним, но она его уже не интересует, он занят самим собой. Произошла серьезная перестройка ориентации. Природно ребенок стремится к постоянному притоку впечатлений, стимуляции извне, что способствует его развитию. Если рядом мать, он удовлетворен, спокоен и получает все необходимое — от утешения и ласки до развивающих стимулов. Если матери нет рядом и ребенок предоставлен самому себе, его психическое развитие прекращается и он как бы возвращается во внутриутробный период. Он утешает и успокаивает себя сам и ищет источники впечатлений в себе, замыкается на себе. Теперь он привык быть один и появление матери только мешает ему.

Сосание пальцев или одежды, качания, ковыряние пупка и другие аналогичные действия отвлекают ребенка от процесса познания, угрожают задержкой развития, инфантилизацией. Вредная привычка становится необходимым ритуалом самоуспокоения, отвлечения от страхов, компенсацией за отсутствующие внимание, ласку, общение. Вредная привычка как ритуал утешает ребенка днем, успокаивает его при засыпании. Грызение же ногтей, губы, щеки, кожи на пальцах — еще и выражение глубокой неуверенности в себе,

чувства вины, а также связанный со всем этим ритуал самонаказания. Ребенок грызет себе до крови пальцы, кусает щеки и это, в таком случае, приносит ему удовлетворение. Один из наших пациентов, подросток, так и заявил: «Я должен догрызть палец до боли и крови»

Часто вредная привычка, выражающаяся в серии ритмических движений, является вынужденным замещением необходимых ритмических движений, за которыми стоят важные механизмы созревания. Ритмичные автоматизмы действий способствуют дозреванию соответствующего возрасту биоритма мозга. Для нормального развития ребенка необходим, например, сосательный рефлекс. Такой ритмический акт, как сосание груди, — не только акт кормления. Сложный комплекс воздействий: пищевого, эндокринного и психологического — стимулирует развитие головного мозга. Иногда плод сосет палец еще в утробе матери. Есть основание полагать, что у такого плода по каким-то причинам задерживается развитие систем и органов. Прикосновение к губам плода в 3—5 мес (при самопроизвольном аборте) вызывает у него сосательное движение. Грудь матери сосут до 1 года, но дети, которые нуждаются в продлении стимуляции, сосут ее до $1^1/_2$ лет; отлученные же от материнской груди до срока сосут соску или палец до 3 лет, что в таких случаях нормально.

Ритмичные автоматизмы действий способствуют синхронизации биоритмов в сложной перестройке мозга ребенка от бодрствования ко сну, и ребенок поэтому нуждается при засыпании в укачивании. Укачивание успокаивает, и до 1 года сосание соски и укачивание, на наш взгляд, физиологичны и необходимы.

Ласковые прикосновения к ребенку материнских рук, поцелуй, тесный физический контакт предусмотрены природой в сложных механизмах психофизического созревания ребенка.

Сосание пальцев, языка, губы и т. д. — самостимуляция и у детей старше 1 года нередко является свидетельством задержки созревания тех или иных функциональных систем в организме. Как эквивалент стимуляции оно возникает у детей, лишенных прикосновений любящих рук матери. Понятны и попытки ребенка заменить недостающую стимуляцию поглаживанием самого себя, прикосновением к себе. Однако это не руки

матери, как и соска — не материнская грудь. Ребенок, привыкший успокаивать, убаюкивать и укачивать себя сам, сосет или теребит что-то, вертит волосики, прикасается к половым органам и раздражает их, раскачивается в постели, чтобы уснуть. Эта самостимуляция всегда растягивается на многие годы, чтобы восполнить дефицит стимулирующего влияния матери.

Вредная привычка как ритуал самоуспокоения, самоутешения, самоободрения нередко приобретает сложные формы выражения. Ребенок сосет большой палец правой руки, а левой вертит волосы, прикрывает глаза. Если левую руку подвязать к туловищу, он перестает сосать правую. Нарушена целостность ритуала, а часть его не приносит удовлетворения. Испытывая тревогу, дети сосут язык, прикрыв рот ладонью правой руки и потягивая мочку уха левой. Эти ритуалы, равно как и грызение ногтей, надногтевых валиков, слизистой оболочки щек, губ, кожи, облизывание губ и кожи вокруг них до красноты, язвочек, нередко входят в клинику невроза навязчивых состояний или неврастении.

Иногда привычка образуется мгновенно, замыкаясь по типу условнорефлекторной связи как замещение жизненно важной биологической потребности. Один из наших пациентов в 10 мес был отлучен от груди. Для того чтобы этот акт прошел спокойно, родители отправили его на 2 нед к бабушке. Когда он вернулся и увидел мать, то тут же начал сосать язык. Вредная привычка образовалась на глазах у взрослых и закрепилась надолго: мальчик сосал язык и в 14 лет, когда родители обратились к нам за помощью.

Более всего родителей волнует детский онанизм. До 7 лет он отмечается у каждого десятого ребенка. Иногда уже в 6—8 мес ребенок плотно сжимает бедра, не реагируя на окружающее, взгляд его устремляется в одну точку, личико краснеет, на лбу выступают капли пота. Если родители пытаются отвлечь ребенка или мешают иными способами, он бурно протестует. У детей старше 1 года онанизм принимает иные формы. Малыш ерзает на стуле, засиживается на горшке, сжимает или трет одеяло между ног. Иногда уже до года ребенок раздражает половые органы рукой. Начинается отчаянная борьба родителей с ним. Иногда в эту борьбу вовлекается и воспитатель яслей, а потом и детского сада. Взрослые сурово осуждают эту

матери, как и соска — не материнская грудь. Ребенок, привыкший успокаивать, убаюкивать и укачивать себя сам, сосет или теребит что-то, вертит волосики, прикасается к половым органам и раздражает их, раскачивается в постели, чтобы уснуть. Эта самостимуляция всегда растягивается на многие годы, чтобы восполнить дефицит стимулирующего влияния матери.

Вредная привычка как ритуал самоуспокоения, самоутешения, самоободрения нередко приобретает сложные формы выражения. Ребенок сосет большой палец правой руки, а левой вертит волосы, прикрывает глаза. Если левую руку подвязать к туловищу, он перестает сосать правую. Нарушена целостность ритуала, а часть его не приносит удовлетворения. Испытывая тревогу, дети сосут язык, прикрыв рот ладонью правой руки и потягивая мочку уха левой. Эти ритуалы, равно как и грызение ногтей, надногтевых валиков, слизистой оболочки щек, губ, кожи, облизывание губ и кожи вокруг них до красноты, язвочек, нередко входят в клинику невроза навязчивых состояний или неврастении.

Иногда привычка образуется мгновенно, замыкаясь по типу условнорефлекторной связи как замещение жизненно важной биологической потребности. Один из наших пациентов в 10 мес был отлучен от груди. Для того чтобы этот акт прошел спокойно, родители отправили его на 2 нед к бабушке. Когда он вернулся и увидел мать, то тут же начал сосать язык. Вредная привычка образовалась на глазах у взрослых и закрепилась надолго: мальчик сосал язык и в 14 лет, когда родители обратились к нам за помощью.

Более всего родителей волнует детский онанизм. До 7 лет он отмечается у каждого десятого ребенка. Иногда уже в 6—8 мес ребенок плотно сжимает бедра, не реагируя на окружающее, взгляд его устремляется в одну точку, личико краснеет, на лбу выступают капли пота. Если родители пытаются отвлечь ребенка или мешают иными способами, он бурно протестует. У детей старше 1 года онанизм принимает иные формы. Малыш ерзает на стуле, засиживается на горшке, сжимает или трет одеяло между ног. Иногда уже до года ребенок раздражает половые органы рукой. Начинается отчаянная борьба родителей с ним. Иногда в эту борьбу вовлекается и воспитатель яслей, а потом и детского сада. Взрослые сурово осуждают эту

привычку, рассматривая ее как свидетельство испорченности ребенка, чрезмерной его сексуальности. Однако ребенок до 3 лет — существо, по сути, бесполое. Он не выделяет себя из окружающей среды. Ребенок только для нас — мальчик или девочка. Идентификация с мужским или женским полом произойдет после 3 лет в процессе формирования личности. Ребенок до 3 лет и не предполагает, что он раздражает именно половые органы. Это известно только родителям. Для него нос, пупок, половой член — только части его тела.

Трехлетний ребенок понимает: родители недовольны им, осуждают эти его действия, которые попадают под определение «нельзя», но причины отрицательной их оценки в данном случае ему неведомы. Нельзя играть с огнем — он усвоил это, поскольку обжется, нельзя ударить бабушку — ему известно, что такое боль. Однако 3-летний ребенок не может понять, почему ковыряние в носу воспринимают относительно спокойно, а те же пальцы у половых органов вызывают у родителей гнев. После 3—4 лет ребенок начинает осознавать, что эти действия особо предосудительны в глазах взрослых, однако уже не в силах от них отказаться — сформировалась привычка. Ребенок начинает прятаться, скрывать мастурбацию. Не спит мать — караулит дочь, не спит дочь — караулит мать. Ребенок делает вид, что уснул, а сам ждет, когда уснут родители. Он стремится получить удовлетворение, переступив через запрет, и ни к чему хорошему это не приведет. Ощущение вины, испорченности, неполноценности расцветает на почве чрезмерного внимания родителей к в общем-то безобидному акту. Ребенок стремится к уединению, становится замкнутым.

Онанизм имеет ряд своих специфических причин: заболевания наружных половых органов у девочек, сопровождающиеся выделениями, зудом; острицы, раздражающие область промежности; рубчик трусиков, пижамки, штанишек; привычка ребенка закладывать одеяло между ножек, ерзать на стуле; ласковые прикосновения к животику ниже пупка, к ягодичкам и т. п. Но каковы бы ни были причины онанизма, у детей это не столько проявление сексуальности (прикосновение детей к своим половым органам, как и интерес к ним, является составной частью нормального психосексуального развития), сколько такая же обыкновенная вредная привычка, как и сосание пальца,

Только в случае грубо выраженного онанизма у дошкольника, когда он практикуется часто, [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] не засыпает сразу, а постарайтесь сказкой, уговорами помочь ему уснуть, или поднимайте с постели. Ребенок не должен играть в постели. При нетяжелом заболевании, когда нет необходимости в обязательном постельном режиме, ему следует разрешить тихие игры в детском уголке. Постель в таком случае становится для ребенка ложем для рождения вредных привычек. Если есть необходимость, его одевают тепло, но свободно, и пусть он сидит, ходит, играет.

Ребенку не следует засиживаться на горшке. Следует предупреждать появление запоров — они нередко способствуют онанизму. Ребенка следует своевременно излечивать от остриц, не допускать, чтобы ребенок загулялся и задержал акт мочеиспускания. Такая задержка у мальчиков приводит к напряжению полового члена, ощущению тяжести в низу живота и в результате способствует возникновению онанизма. Следует тщательно соблюдать гигиену промежности, чтобы не было зуда. Лучше, если малыш спит в рубашечке до пят, а не в пижамке. Ребенок не должен носить одежду, из которой он вырос, чтобы рубцы не врезались в тело, а одежда не давила. Не кормите его шоколадом, острой и пряной пищей. Малыша не рекомендуется качать верхом на колене и, обнимая его, душить в объятиях. От попыток онанизма отвлекают, не заостряя внимания ребенка на нем, интересными занятиями. Полезны курсы фитотерапии с приемом успокаивающих лекарственных трав, рекомендуемых врачом. Зная причины возникновения вредных привычек, их легче предупредить, чем устранить.

Если вредная привычка уже сформировалась, родители не начинают борьбу с ребенком, а борются с его привычкой. На отказе от нее не настаивают. Прямолинейная атака только раздражает, приводит к разладу с ребенком и к его невротизации. Бесперспективна, например, попытка отучить сосать палец, смазав

[illegible]. Идя по такому пути, впору облить за[illegible]егося онанизмом холодной водой (и это де[illegible]!) или подключить страдающего энурезом к источнику тока, чтобы его ударило током, как только моча замкнет электросеть. Все это — неприемлемая жестокость по отношению к ребенку. Если такое и может, ребенок будет запуган, потрясен и психологические последствия окажутся тяжелее излеченной вредной привычки. У ребенка с вредной привычкой не следует требовать честного слова в том, что он откажется от нее. Он дает честное слово, но вынужден нарушать его, так как не в силах отказаться от привычки. Формируется вторая вредная привычка — нарушать честное слово. Ребенка не наказывают за вредную привычку — он не виновен в ней. Наказание только усугубляет ситуацию. Ребенок начнет прибегать к вредной привычке, чтобы утешить себя после наказания, и еще более замкнется в себе, страдая от непонимания взрослыми его переживаний, испытывая чувство вины и еще большую неуверенность.

Вредную привычку устраняют терпеливо, затрачивая на ее преодоление столько же времени, сколько она закреплялась. Она начиналась с отсутствия внимания к ребенку, а теперь для ее устранения ваше внимание особенно необходимо. Ребенок замкнулся, ушел в себя — родители с ним, его увлекают интересными играми, занятиями. Его максимально ориентируют на игру с детьми. Если он один, то обязательно чем-то занят. У ребенка не должно оставаться времени на вредную привычку. Борьба с вредной привычкой — всегда борьба с неуверенностью в себе, тревожностью, пессимизмом.

Если ребенок грызет ногти, следует их коротко обрезать. Можно разрешить грызть конец ручки, которой ребенок пишет, но обязательно чистый. Полезно потереть ладонь о ладонь, если возникло желание погрызть ногти. Ребенка побуждают самостоятельно бороться с этой привычкой, разъясняя ее вред и указывая на неэстетичность вида пальцев с обгрызенными ногтями, учат самоконтролю. Его ободряют: «Ты с этим обязательно справишься, не огорчайся». Ему активно помогают в затруднительных ситуациях, потому что при них особенно часто прибегают к вредной привычке. Ногти грызут те дети, которые мучительно не уверены в себе, и борьба с неуверенностью в себе — основ-

ное условие избавления от этой привычки. При сосании пальца, предметов рекомендации те же, но так как к подобному чаще прибегают перед сном, то, как и при качании перед засыпанием и во сне, рекомендуются ритмические игры, танцы, прыжки со скакалкой перед сном (это очень важно, и в случаях ритмических вредных привычек занятия со скакалкой в течение 10—15 мин перед сном обязательны). Полезно, прикрепив к притолоке или косяку двери качели, покачать ребенка несколько раз в день по 10—15 мин; следует приобрести для него лошадку-качалку. При засыпании ребенка рекомендуется включать тихую ритмичную музыку. Вредные привычки часты у детей, имеющих сниженный фон настроения, склонных к депрессии, и поэтому все, что вызывает хорошее настроение, способствует и устранению вредных привычек. В данном аспекте вся книга — пожелание родителям вернуть нервному ребенку счастливое, не омраченное нервностью детство и с этим оптимизм и неомраченность отношений в семье между родителями и ребенком.

Народная мудрость гласит, что с детьми трудно, но еще труднее, когда их нет. И это особенно следует помнить, если в семье растет нервный или трудный ребенок. Дети — величайшая ценность на земле, и любовь к детям — самое бескорыстное, светлое и возвышающее из человеческих чувств. Любовь к ребенку, мудрая и великодушная, поможет родителям преодолеть его нервность, трудности его поведения, его болезни, как бы они ни были тяжелы.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВИЛЕНИН ИСААКОВИЧ ГАРБУЗОВ

НЕРВНЫЕ ДЕТИ

[Советы врача]

Зав. редакцией *Ю. Н. Пахомов*
Редактор *Е. А. Савельева-Васильева*
Редактор издательства *Е. К. Лобанова*
Обложка художника *С. А. Захарьянца*
Художественный редактор *Н. Д. Наумова*
Технический редактор *И. М. Жарикова*
Корректор *Т. Н. Шлёнская*

ИБ № 5572. Научно-популярное издание

Сдано в набор 17.08.89. Подписано в печать 03.04.90. Формат бумаги $84 \times 108^1/_{32}$. Бумага кн.-журнальная имп. Гарнитура литературная. Печать высокая. Усл. печ. л. 9,24. Усл. кр.-отт. 9,66. Уч.-изд. л. 9,84. Тираж 300 000 экз. (1 завод 1—200 000 экз.). Заказ 275. Цена 2 руб.

Ленинград, ордена Трудового Красного Знамени издательство «Медицина», Ленинградское отделение.
191104, Ленинград, ул. Некрасова, д. 10.

Ленинградская типография № 2 головное предприятие ордена Трудового Красного Знамени Ленинградского объединения «Техническая книга» им. Евгении Соколовой Государственного комитета СССР по печати. 198052; г. Ленинград, Л-52, Измайловский пр., 29.

Выйдет в свет в 1990 г.

СТУДЕНИКИН М. Я., ЛАДОДО К. С. **Питание детей раннего возраста.** — 2-е изд., испр. и доп. — 12 л. — Л.: Медицина, 1990.

В книге изложены материалы по организации рационального питания детей до 3-летнего возраста, данные о питании женщин в период беременности и кормления грудью. Приведены наборы продуктов и блюд, потребности детей в пищевых веществах, схемы вскармливания, режим питания. Даны рекомендации по питанию детей при различных заболеваниях.

Для педиатров, полезна для родителей.